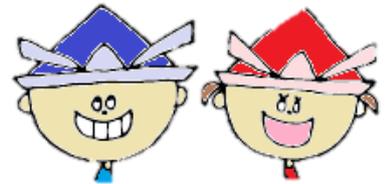


# ほんだよい 5月号



南知多町立日間賀中学校 保健室 令和4年5月

新学期が始まって約1か月が過ぎました。雨が降ったり、晴れの日が続いたり、天気も気温も安定しない日が続いていますね。5月は緊張が緩み、疲れがどっと出たり、けがが増えたりする時期です。無理をせずに、自分の心や身体と相談しながら健康に過ごしましょう。時には保健室を頼ってくださいね。

## ～メディアストップデー結果発表～

4/20(水)に第1回「メディアストップデー」を行いました。来月からは小学校と一緒に月に1回行っていきます。家族全員でメディアストップに取り組み、家族団らんの時間や勉強、読書、睡眠など時間を有意義に使ってください。次回は5月11日(水)です！

## 20時までにメディアストップできた人

日間賀中学校全体

20人  
(45.5%)



2年生

6人  
(33.3%)



1年生

6人  
(66.7%)



3年生

8人  
(47.1%)

## ～ 生活リズムチェック始まります ～

今年度も日間賀小学校と同日程で生活リズムチェックを行います。第1回目は5/9(月)～5/13(金)です。チェックする項目は、①睡眠 ②朝食 ③歯みがき ④姿勢 の4項目です。ゴールデンウィークで目一杯楽しんだ分、生活リズムも少し乱れていると思います。この期間に生活リズムを整え、おやすみモードから学校モードへ切り替えましょう(\*^o^\*)

# 5月の保健関係行事

5月にも皆さんの健康に関わる行事がいくつかあります。

この機会に自分自身の身体についてゆっくりと考え、健康な心身を **Get** しましょう！

項目	日程	備考
歯科検診	5月12日(木)	当日の朝、しっかりと歯みがきをしてきましょう。
学校保健委員会	5月24日(火)	今年のテーマは昨年に引き続き『姿勢』です。姿勢を意識して生活することができるよう、保健給食委員による『姿勢レッスン』があります！姿勢を見直し、見た目も美しくなりましょう(*^o^*)
尿検査 予備日	5月10日(火)	今年度の尿検査最終日です。未提出の人は必ず保健室へ提出しましょう。
貧血検査・心電図検査 予備日	5月20日(金)	14:00から南知多町保健センターで行われます。対象者には別途お知らせ用紙を配布します。



スクールカウンセラー 大八木 茉妃先生

5月来校日:12、19、26日(木) 6月来校日:2、9、16、23、30日(木)

毎月、大八木先生が日間賀中学校に来校し、相談室を開放しています！悩み相談、世間話、何でもいいので気軽に話しに行ってみましょう！

保護者の方の面談も行っています。ご希望の場合は、担任を通じて予約をしてください。



## 保護者の方へ

### 生活リズムチェックについて

日間賀小学校と同じ日程で生活リズムチェックを行います。生活習慣を整えるためには、保護者の皆様のお力が必要です。ゴールデンウィーク中の生活習慣が大きく乱れることのないよう、学校と共に子どもたちを見守っていただけたらと思います。

また、今年度より保護者のコメント欄を設けました。お手数ではありますが、最終日に子どもたちが頑張れる一言を記入していただきますと幸いです。ご協力よろしくお願いたします。

### 学校保健委員会について

5/24(火)14:05～中学校体育館にて学校保健委員会を行います。今回のテーマは「姿勢が変わると印象も変わる Let's モテ男 モテ女～Produced by 保健給食委員～」です。保健給食委員が主体となって学校保健委員会を運営していきます。是非、お子さまの活躍する姿をご覧ください。たくさんの方の参加をお待ちしております。

### 色覚検査について

希望者を対象に色覚検査を実施します。希望される場合には、担任または養護教諭までご連絡ください。希望に応じて、随時、検査を実施します。なお、検査結果については、電話にて連絡させていただきます。

### 健康診断結果について

各健康診断が終わりましたら、結果をお知らせいたします。結果のお知らせは、受診をおすすめする生徒にお渡しします。学校での健康診断はスクリーニング検査(疑わしい人を選び出す検査)です。病院のように詳しい検査、判定ができるものではありません。病院受診をした結果「異常なし」と診断されることがありますので、ご了承ください。6月の個人懇談会時に健康診断一覧表をお渡しします。