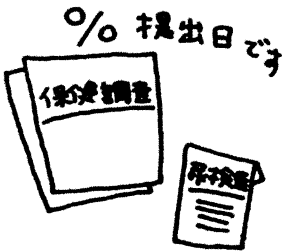
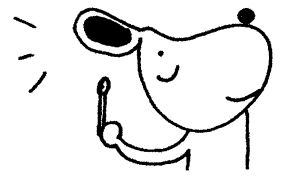
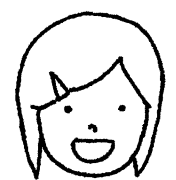
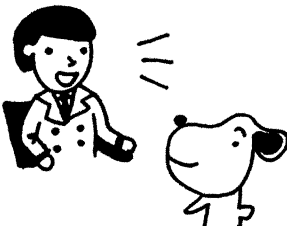


健康診断が始まります！

いろいろなことに挑戦し、自分を高めていくためには、心と体が元気であることが一番です。

1学期に行われる健康診断は、自分の体の成長や、どこか具合の悪いところがないかなどを知ることができます。服装や、持ち物、提出物など忘れないようにして積極的に受けましょう。

健康診断を受けるときの準備とマナー

①保健関係書類など提出物を必ず出す。 	②お風呂に入って、体を清潔にしておく。 	③爪切りや耳そうじをしておく。 	④髪が長い人は、ゴムで結んでおく。前髪はピンでとめる。 
⑤静かに順番を待つ。 	⑥自分の名前をはっきり言います 	⑦お医者さんの話をよく聞く。 	⑧検診が終わったらお礼を言おう。 

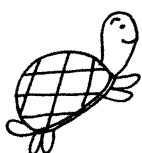
○検診の結果に関して、受診の必要がある場合はその都度お知らせを配付します。

(視力検査と歯科検診の結果は、全員に結果を配布)

○眼科と耳鼻科で疾病が見つかった場合、治療を終えてから水泳の授業に参加できます。

○心臓や腎臓で精密検査になった場合、結果が出るまで運動に制限がかかることがあります。

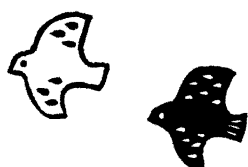
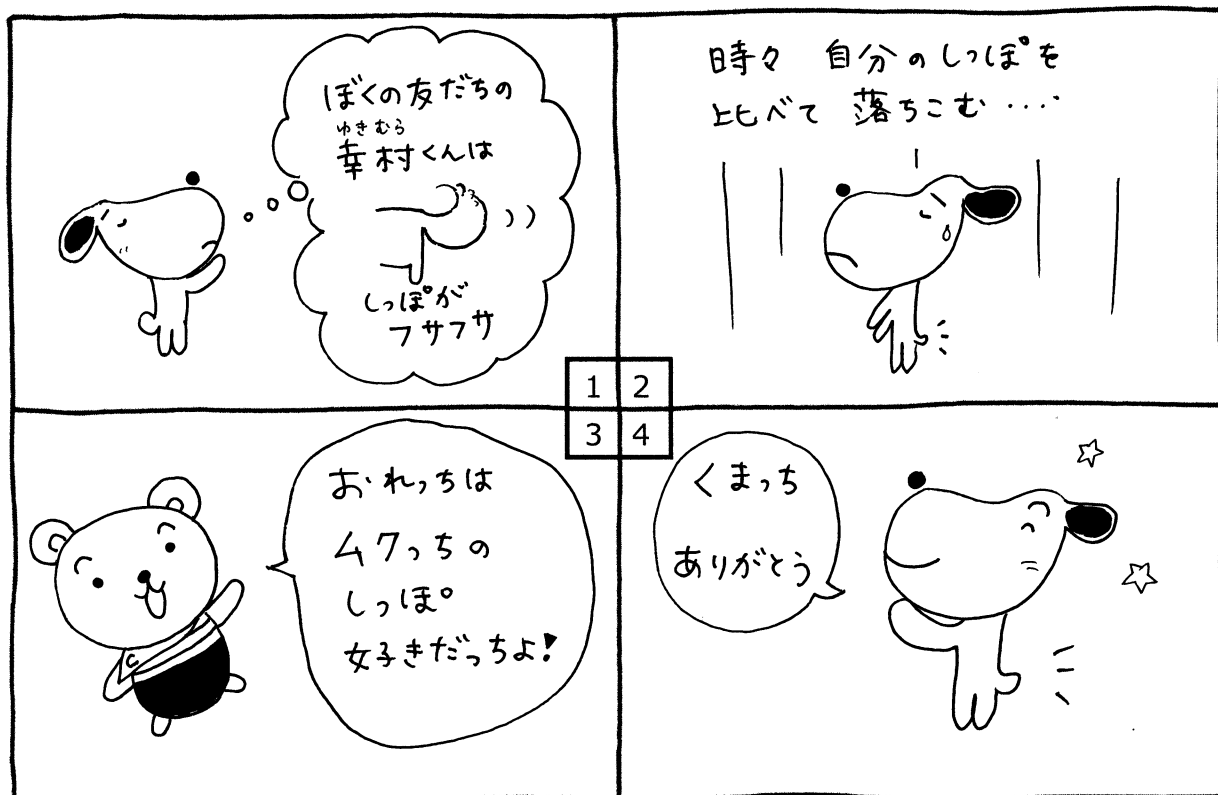
○1学期の健康診断がすべて終わりましたら、「定期健康診断の結果」を全員に配付します。



健康診断に関して、心配なことやご相談がありましたら、事前に保健室までお知らせください。

* 健康診断の日程と校医の先生は、すでに配布した保健だよりでお知らせしています。

ムク&ぽんた No.150 「やっぱり比べちゃう」編



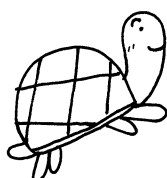
プライバシーこれだけは守ろう！

- 見ない 友だちの検診の様子や結果をのぞかない。
- 言わない 友だちの体格や健康状態について、からかわない。
言われた人はとても傷つきます。

人と比べて 落ち込まない

人と比べてしまいがちだけれど、あなたの身体はあなたのもの。平均値もあくまでも参考です。成長のスピードはそれぞれ。

大きくても 小さくても あなたはあなたです。あなたの良さは それだけで決まるわけではありません。



ぽんたっちの
良さは
一歩一歩
進むところ
だっちょ。

