

ほけんだより 5月号

2022/5/17
吉賀中学校
保健室 No.2

新年度がスタートして早くも1か月半。ゴールデンウィークも終わり、疲れも出やすくなる時期です。好きなことをしたり、のんびりと過ごしたりしてときどきは体と心を休ませてあげましょう。



＼スクールカウンセラー来校について／

今年度も、本校にスクールカウンセラーの岡田優香先生が来校されます。4月25日には、今年度1回目の来校で1年生の全員面談を実施しました。今後も月1回程度来校されます。

スクールカウンセラーは、臨床心理に関する知識や経験をもった専門家で、様々な相談にのってくださいます。生徒の皆さんの学校のこと、部活のこと、友達のこと、保護者の皆さんの子育てに関することなど、相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。



↓来校予定日↓

1学期		2学期		3学期	
4月	25日(月)午後	9月	5日(月)午後	1月	16日(月)午後
5月	24日(火)午後	10月	11日(火)午後	2月	13日(月)午後
6月	21日(火)午後	11月	15日(火)午後		
7月	5日(火)午後	12月	19日(月)午後		

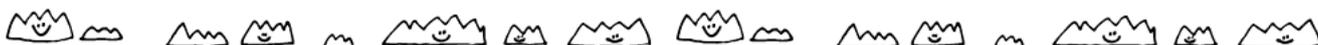
1学期は2・3年生の全員面談も予定しています。※行事等により変更になる場合もあります。

↓相談内容↓

- *不安・悩み・困っていること・ストレスに感じていること
- *相談というほどでもないが話をしてみたい、話を聞いてほしいということでもOK◎
- *相談内容については秘密厳守なので、内容が漏れる心配はありません

↓保護者の方へ 相談申込み方法等↓

- ・各月ごとに事前に相談申込書を配布しますので、申込書を学校へ提出していただくか、電話でお申し込みください。(担当:養護教諭 春馬 TEL78-0030)
- ・相談時間については、ご希望に添うことができない場合もあります。その際は、後日連絡・調整させてください。



裏もあります

5月の健康診断



5/10(火)心電図・血液検査を実施しました。野球部については、石見地区大会で受診ができなかったため、5/20(金)の六日市小学校健診時に受診をします。

5/19(木) 歯科健診

歯科健診の前には、鏡で自分の口の中を見てみましょう。むし歯になっている歯はないか、汚れはたまっていないか、歯ぐきに赤いところはないかが、チェックのポイント。自分の口の状態を予想できます。

歯医者さんは、みなさんの歯を見ながら、「記号」を言っていきます。その記号の意味を知っていると、歯科健診を受けながら予想があっていたかがわかりますね。歯科健診がちょっと楽しみになるかもしれません。



歯科健診の記号は

CO…むし歯になりかけ C…むし歯
GO…歯周病になりかけ G…歯周病
O…治療をした歯 X…要注意の乳歯
他にもこんなところをみてもらっています
・歯並びやかみ合わせ ・あごの関節
・歯垢の状態

5/25(水) 尿検査① 尿検査を忘れない3つの作戦!!



容器をトイレの
ドアにはっておく。



容器を枕元に
置いて寝る。



家族の人に
話しておく。

☆お願い☆

6月の健康診断に向けて、後日いくつか問診票をお配りします。ご記入・ご提出よろしくお願ひします。

がん教育を行います

日本において、がんは死因の第1位でありながら、がんそのものの理解や、がん患者に対する認識を高める教育が不十分であることが指摘されています。この現状を受け、島根県では、学校における健康教育としてのがん教育の推進を進めています。

そこで、本校もがんに関する授業や講師を招いての講演を予定しています。この取組は、がんを身近な問題として捉え、がんの予防、早期発見の必要性などについて考えて行くことを目的としています。この授業を通して、ご家庭でも、がんの予防や命の大切さについて話し合うきっかけになっていただくと幸いです。ご理解とご協力のほどをよろしくお願いいたします。

なお、この授業を行うにあたり、ご質問やご心配なことがありましたら、担任または保健室までご連絡ください。(連絡先電話:78-0030)