



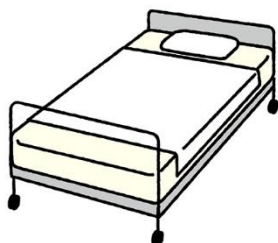
令和8年4月9日
伊根町立伊根中学校

進級・入学おめでとうございます。伊根町内の桜も満開に咲き、新年度のスタートを喜んでくれているようです。ほけんだよりでは、心と体の健康を守りながら過ごしていくための情報を伝え、みなさんが元気で楽しく学校生活を過ごしていけるようにサポートしていきます。

保健室の機能と役割について



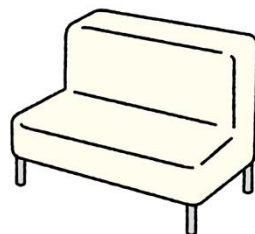
ケガをしたときの救急処置。継続的なケガの処置はできません。



具合が悪いときの一時的な休養。長引く時は早退になります。



健康のことを学べる。体や心についての本や資料もあります。



体のこと、心のこと、悩みや心配ごとがあつたら相談できる。

健康を守れるのは自分だけ

その場の処置だけではなく、健康に過ごす力を育む場所でもあります。

健康を守る方法を一緒に考えてみましょう。



1 いつから？

体調不良やケガはいつ、どんなところで起こりましたか？ どのくらい続いていますか？

2 どうしてそうなった？

そうなった理由はなにか思いつきますか？ 最近の生活習慣や、不調が出たシチュエーションなどはどうでしたか？

3 どうすればよりよくなる？

今回のようにならないためにどうしていけば良いかを一緒に考えましょう。受診が必要な場合、生活の仕方を変えたほうが良い場合など、ケースバイケースです。



保健室の



です。

これから1年間よろしくお願いいたします。



保護者の方へ

1学期中は提出物がたくさんあります

1学期は健康診断の問診票や、お子さんのアレルギーや健康の状態を確認するための書類など、たくさんの提出書類があります。提出期限が早いものもあり、お忙しい中大変お手数をおかけしますが、よろしくお願いします。