

6. 保健室より

お子さまは、中学校入学を控えて期待と不安に胸をふくらませていることでしょう。中学校生活に慣れるまでは心身ともに疲労しバランスをくずしてしまうこともありますので、保護者の皆様と共にサポートしていけたらと思っております。また、管理中の病気のことや、その他何かご心配なことがあれば、いつでも保健室へお越しください。お子様が3年間、元気で楽しく中学校生活を送れるよう支援していきたいと思えます。

中学生は「思春期」真っ只中。心も体も揺れ動く不安定な時期ですので、本人も保護者の方も悩まることがあるかと思えます。本校にはスクールカウンセラーさんが勤務されていますので、お困りの際は、ぜひご相談ください。生徒だけではなく、保護者の方のお悩みにも対応していただけます。相談希望の場合は、担任・保健室にご連絡をいただくか、下記にお電話を入れてください。

心の相談室「ひだまり」

～スクールカウンセラーが対応します。相談日は毎週木曜日（予定）です～

ひだまり直通電話番号➡04-7178-0945

保健室からのお願いです

< 1 > 登校前の健康観察

毎朝の検温と体調の確認をお願いします。感染症予防だけでなく病気の早期発見の効果もあります。また、心の不調についても気にとめていただき、何か心配なことがあったら学校にご相談ください。

< 2 > 規則正しい生活

「早寝・早起き・朝ごはん」は元気な毎日を過ごすために大切なキーワードです。勉強も運動も効率よく頑張るために規則正しい生活のサポートをお願いします。現状では特に睡眠に課題のある生徒が多いと感じています。

< 3 > 病気の治療

中学校生活、特に部活動が始まると治療に通う時間がとりづらくなりますので、現在わかっているもの（むし歯や視力低下など）については入学までに受診を済ませておいてください。

< 4 > 保健書類の作成

新1年生は、入学後から多くの検診が実施されます。問診票などの配付物は記入もれや押印もれがないようにご注意の上、提出期限を守っていただきますよう、お願いいたします。

心臓検診調査票は本日配布させていただきます。ご記入の上、入学式の日にご持参・提出をお願いいたします。