

ほけんだより 4月

R4.4/12 (火)
NO.1

岩沼高等学園川崎キャンパス

こんげつ ほけんもくひょう
* 今月の保健目標 *

あたらし せいかつ
新しい生活リズムをつくろう！！



しん ねんせい みな しんきゅう しん ねんせい みな にゅうがく
新2・3年生の皆さん、進級おめでとうございます。新1年生の皆さん、入学おめでとうございます。
あらし ねん しんしん けんこう き げんき す
います。新たな1年がスタートしますね。心身の健康に気をつけて元気に過ごしましょう。

こんねんど けんこうしんだんにってい 今年度の健康診断日程

| 日時 | 内容 |
|---------------------------|----------------------|
| 4月13日(水) 10:55~ | 身体計測, 視力・聴力検査 |
| 4月20日(水) 13:30~ | 結核検診(1年生のみ) |
| 4月21日(木) 13:30~ 14:00~ | 耳鼻科健診 眼科健診 |
| 4月22日(金) 11:55~ | 歯科健診 |
| 4月25日(月) 13:30~14:30 | 循環器検診(1年生のみ) |
| 5月10日(火) 朝SHRで回収 | 尿検査 ※5月11日(水) 予備日 |
| 5月25日(水) 13:20~ | 内科健診 |

ないかこうい
内科校医さん

やんべいいん やんべ せんせい
山家医院 山家 先生

がんかこうい
眼科校医さん

みとがんか みと せんせい
水戸眼科 水戸 先生

じびかこうい
耳鼻科校医さん

おおがわらし じびいんこうか おおひさ せんせい
大河原耳鼻咽喉科 大久 先生

しかこうい
歯科校医さん

にしむらしか にしむら せんせい
西村歯科 西村 先生

やくざいし
薬剤師さん

あべ やつきよく あべ せんせい
阿部薬局 阿部 先生

せわ こんごうい しょうかい
お世話になる校医さんの紹介

しんがた 新型コロナウイルス感染症の予防のために・・・

てあら しょうどく ちやくよう 手洗い・アルコール消毒・マスクの着用

しょくじ まえ あと そと しょうどく はい
食事の前、トイレの後、外から室内に入るとき

わす てあら
忘れずに手洗いしましょう。



まいにち
毎日 きれいなハンカチ

もってま
を持って来ましょう。



て ひら て こう ゆび あいだ
手の平、手の甲、指の間。

ゆびさき ぜんたい
指先など全体によくなじませ
ましょう。



しょくじ ときなどい
食事の時など以外は

できるだけちやくよう
着用しましょう。

かんき しょうどく 換気・消毒

まいやす じかん かなら まど てい ぐち あ
毎休み時間は必ず窓や出入り口を開けて

かんき
換気をしましょう。



たいちょうかんり 体調管理

ウイルスに負けないま からだ
体づくりをしましょう。

すいみん 「睡眠」「バランスのとれた食事」「適度な運動」

いしき せいかつ
を意識して生活しましょう。



保健室から

たいちょう わる
体調が悪い、ケガをしてしまった、気持ちが落ち着かない……。いろいろなことがあると

おも
思います。そんなときは保健室を利用してください☆

ほけんしつ
保健室にくるときは、キャンパスの先生に伝えてから保健室に来て下さい。

みなさんのがっこうせいかつ すこ
学校生活を少しでも支えられたらいいなと思います。

どうぞよろしくおねが
いします☆

