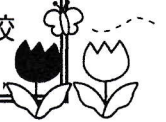


いきいき
ウキウキ
すきすき

まさき

平成30年4月

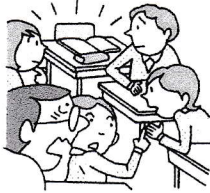
えびの市立真幸中学校
保健室



新年度がスタートして、早いもので2週間が経とうとしています。新しい環境、新しい先生や友達に囲まれて、期待が膨らむ一方で、緊張や不安を抱えている人もいるかもしれません。ただでさえ疲れやすい時期ですから、睡眠時間を十分確保し、3食しっかりと食事をとりましょう。特に朝ご飯を食べない人は、ぜひ改善させてください。不安なことがある人はなるべく早くなくしていけるよう、周りの信頼できる人に相談してみてください。相談する力があることはとてもいいことです。これから出会う人や出来事は、みなさんを大きく成長させてくれるでしょう。1年間、みなさんが健康で楽しく学校生活を送れるよう願っています。

来る前にひとこと

必ず 授業担当の先生や、周りの人に一言伝えてから、保健室に来てください。突然いなくなると、先生やクラスメートが心配します。



ケガをしたら、これだけは

傷口に砂などの汚れがついている場合は水道で洗ってから、血がたくさん出ている場合はハンカチなどで傷口を押さえながら、保健室へ来てください。



1年間よろしく
お願いします



あいさつを忘れずに

入退室時はノックやあいさつをしましょう。

〇年×組の△△です

ありがとうございました

失礼します

失礼しました



先生からのお願いです

保健室利用 マニュアル

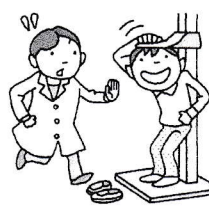
継続的な処置はNG

休みの間のケガや、前にケガをしたところのガーゼの貼り替えなどは、お家でできてください。保健室で行うのは、応急手当だけです。



勝手にさわらない

応急手当の道具や測定器具などを使いたいときは、先生に声をかけてください。使い方を間違えて壊れたりすると、皆さんの人が困ります。



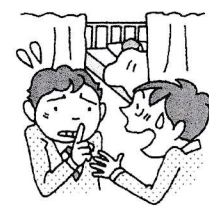
使ったら元の位置へ

使ったものは、次に使う人のために元の場所にきちんと戻してください。保健室から借りたものも、使い終わったら返却をお願いします。



さわがない

大きな声を出したりさわいだりするのはやめてください。体調が悪くて休んでいる人がつらい思いをしないように、配慮をお願いします。



昨年度から真幸中保健室にいます、看護教諭の「今日はおおきかたはるぞー」という目先の目標や将来の夢を叶えるために、健康に生きたい、健康に生きていってほしいというのは、誰もが願っていることなのかな。その手助けをしてくれたり思っています。一緒にがんばっていきましょー。
家では兄の母、家事育児に奮闘中です。うんちがうんちへお願いします。