

長中生のみなさん、入学・進級おめでとうございます！
保健室の担当（養護教諭）は、中林（ナカバヤシ）と申します。
みなさんが安心して学校生活を送れるようサポートしていきます。
どうぞよろしくお願いします。

保健室は1階
昇降口と職員室の間だよ



夜は早めに眠り、朝食を含め、規則正しい生活で 免疫力を維持しよう！



昨年度も、コロナやインフルエンザ等の感染症対策では苦労しましたね。
四月は、環境が変わり知らず知らずのうちに心身が疲れます。
時間をしょうずに使うことが、感染症対策を含めた健康管理になりますよ。

- ★登校前は、おうちの人と健康状態を確認して、登校の可否判断をしましょう。
- ★こまめな手洗いはもちろん、せきやくしゃみをするときは、せきエチケットを忘れずに。



手で受けた
ときは
手洗いか消
毒をすれば
OK



さて、新年度の始まりと言えば「健康診断」です。
自分のからだの状態を確認して、よりよい1年が送れるよう、ケアしていきましょう。
裏面に日程表をのせました。自分が受けるものを確認して、忘れ物がないようにしましょう。

長後中の校医の先生方は

- 内科……日比謙一先生(湘南台中央医院)
- 歯科……石田為晴先生(石田歯科クリニック)
- 眼科……遠藤要子先生(長後えんどう眼科)
- 耳鼻科…本郷 了先生(長後耳鼻咽喉科)
- 薬剤師…小林拡軌先生(わかば薬局横浜公園前店)



変更あり
ません

です。お世話になります！

📢 今年の尿検査、今までとちょっと変わります

- 去年、紙コップが、白い四角いものになりましたね。
- 今年はさらに、容器が細長くなり、袋についているラベルシールを容器に貼り付ける方法に変わります。
- 前の日にクラスで配付・連絡がありますのでよく聞いてくださいね。
- そして今年の検査日は、1回目も2回目も休日明け（涙）。
- みなさん、トイレにはり紙でもして、忘れないように工夫してね！！



教育委員会から出ている「学校管理下でけが等をされた場合について」のプリントを配付します。
部活動を含む学校管理下での医療費給付制度についての説明です。
「小児医療証」の使用についても書かれています。保護者の方には必ずご確認ください。