



令和8年7月16日

島本町立第一中学校

保健室

もうすぐ夏休みです。夏休み中も暑い日が続くので、こまめな水分補給や十分な睡眠を心がけ、熱中症を予防しましょう。また、SNSでのトラブルや夜更かしなど、夏休みだからこそ気をつけたいこともあります。自分の心と体を大切にしながら、安全で充実した毎日を過ごしてください。時間を有効に使って、自分の好きなことや新しいことに挑戦するのもいいですね。元気な笑顔で2学期に会えることを楽しみにしています。

保護者のみなさまへ

医療券について

就学援助に認定された方には、学校保健安全法施行令第8条に定める病気の治療をされる場合、医療券を発行しています。

医療券を利用される方は、学校(担当:養護教諭)までご連絡いただきますようお願いいたします。

色覚検査について

島本町では、小1・中1を対象に色覚検査の希望調査を行い、希望者へ検査を実施しています。本校では、2学期の実施を予定しています。

2・3年生で検査を希望される方は、9月4日(金)までに、担任までご連絡ください。

保健目標

- 自身の健康に関心を持ち、疾病の早期発見や治療に努める

自分の成長や健康状態を知ろう!

三者懇談で、今年度の健康診断の結果を配付しています。自分のからだどれくらい成長しているのか確認してみてくださいね。また、1学期中に健康診断の受診勧告のお知らせをもらって、まだ受診をしていない人は、医療機関で検査や治療をしてもらってから、2学期を迎えましょう。受診報告書は、学校へ提出してください。



スマホ・タブレット /

わが家のルールを決めよう

夏休み中、ずーっとスマホやタブレット漬けに…なんてことがないように、おうちの方とルールを決めましょう。自分も納得できるルールにするのが大切です。



たとえば

- 使用する場所を決める
- 終わりにする時間を決める
- 危険を避けるための決まりを作る
- ダウンロードして良いアプリを決めておく
- アウトメディアデーを作る など