



5月のほげんだより

2022年5月
沼津中央高校
保健室発行

健康診断の日程

健康診断、まだまだ続きます



月	日/曜	検診	時間	対象	備考
5	2 (月)	内科検診①	13:30~	3年生全クラス 11HR	1年生は、体育着(上のみ)を忘れずに!
	19 (木)	尿検査1次	朝 SHR 回収	全学年	19日に提出できない生徒は、20日に提出してください。
	25 (水)	内科検診②	13:30~	実施 HR については、後日連絡します。	

令和4年度、5月の健康診断の日程です。
 まだまだ健康診断は続きます。
 自分は何の検診を受けるか確認してください。
 また、準備するものがある場合は、忘れないようにしてください。
 日程の変更等あった場合は、その都度お知らせします。

「受診のおすすめ」をもらったら

こんなふうに思っていないですか?

痛いのは嫌だ



重い病気が見つかったらどうしよう...

めんどくさい

病気は早く見つけて、早く治療することがとても大切です。

できるだけ早く病院でみてもらいましょう。



「相談力」も大切な“力”です

悩みがあったり、落ち込んだり、気分がモヤモヤするとき、どうしていますか? 自分で解決法を考えついたり、自分なりの方法でモヤモヤを解消できればOK! でももし、いつまでもクヨクヨ考えたり、落ち込みから抜け出せないときは「相談力」を発揮してはどうでしょう?

どう相談したらいいかわからないときは



話しかけやすい人は誰ですか? 親身に聞いてくれる人がきっといるはず。切り出しにくいときは、なんでもない話から始めるといいかもしれません。

これからいろいろな経験を積み重ねていくみなさんには、「相談力」も大切に育ててほしい“力”です。保健室も「相談力」のお手伝いをします!

