

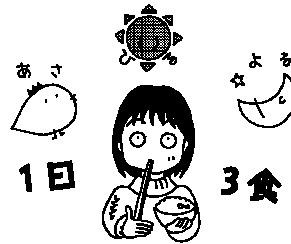
# 保護者の皆様へ～保健室から～

久御山中学校 保健室  
2015/04/08

御入学おめでとうございます。義務教育最後の3年間を健康に楽しく生活できるように、各御家庭でもサポートしてあげてください。

## ☆家庭でお願いしたいこと☆

- ・生活習慣の確立を！
  - 十分な睡眠時間の確保
  - 栄養バランスのとれた食事
- ・何気ない会話を大切に！
- ・元気の源は、食事から！



※ 本校は牛乳給食です。アレルギー等で飲むことができない場合は必ず担任を通じて連絡をしてください。停止される際には所定の用紙にて手続きが必要です。

## ☆ケガをしたときには・・・☆日本スポーツ振興センターについて

- ・帰宅後に受診された場合、必ず、連絡をください。
  - ・対象は、学校管理下・登下校時です。《不明な際はお尋ねください》
  - ・総合計金額 5,000円以上（窓口支払いが 1,500円以上）が対象です。
- ※ひとり親医療・障害者医療等、他の公的な制度を利用された場合、併せてお知らせください。（給付割合が違います。）

## ☆緊急連絡先は連絡のつくところを☆

- ・変更があった場合は、その都度連絡をください。
- ・朝の連絡は8時20分までにお願いします！（必ず、連絡を入れてください）

## ☆困ったときや相談したいときには・・・☆

- ・スクールカウンセラーが配置されています。《週1回・水曜日》  
担任・学年教員・養護教諭まで御連絡ください。



久御山町立久御山中学校  
養護教諭 酒谷 知沙  
(さかたに ちさ)  
TEL:075-631-7207  
FAX:075-631-7246