



新学期が始まりました。夏休みには、心と体をゆっくりと休ませることができましたか？  
まだまだ暑い日が続き、熱中症の予防と感染対策に気を張る生活が始まります。  
お互いに気遣い、優しい声をかけ合いながら、みんなで乗り切りましょう。

## スポーツ振興センターについて

登下校中や部活動など「学校の管理下」で起きたけがで病院を受診した場合、**スポーツ振興センター災害共済給付**の対象になります。申請をすると受診の際の自己負担額+お見舞い金が給付される制度です。夏休み中に部活のけが等で病院を受診した人は、早めに保健室に申し出てください。また、分からないことがあれば気軽に保健室までご相談ください。

※自己負担額が1500円未満の場合や交通事故など、一部対象外になることもあります。



## 受診は済みましたか？

各種健康診断で受診のおすすめをもらった人で、受診が済んだ人は、受診報告書を担任の先生に提出してください。特に、**視力検査**で受診が必要な人が多かったです。



1学期の眼科検診では、**前髪が長い人も**目立ちました。  
前髪が目にかかっていると、ピント調節によって**目の疲れ**が起こりやすく、前髪が**眼球を傷つけてしまう**こともあります。スマホやゲームなどで目を酷使して疲労をためやすい時代です。せめて前髪は目にかからないようにして、大切な目に負担をかけないようにしましょう。**笑顔が見えるほうが素敵ですよ♡**

## 悩みを一人で抱えないで

2学期を迎えるにあたり、不安や悩みを抱えている人はいませんか？2学期には学校行事が盛りだくさんです。楽しみな反面、気になる人間関係……。ただでさえ緊張する新学期に、気持ちが落ち込む人も多いと思います。

そんな時には、一人で抱え込まないで周りの人に相談してみてください。人に話すことで落ち着くこともあります。保健室にもいつでも来てくださいね。

スクールカウンセラー来校日

**9月6日、20日**

カウンセリング予約はこちら！  
保護者の方もご利用ください。

