



# ほけんだより 4月号

令和5年4月10日発行 土成中学校保健室

今月の保健目標 自分のからだと健康状態を知ろう

ご入学・ご進級おめでとうございます。校舎や運動場も満開の桜は、この陽気で一足先に散ってしまいましたが、新鮮な緑の葉っぱが芽吹いてきています。いよいよ新学期がスタートしました。さて、この「ほけんだより」は、毎月1回発行し、みなさんの健康づくりに役立ててもらえるよう、様々な情報を提供していきたいと思っております。この一年、自分の生活を見直し、心身ともに健康な生活を送れるようにいっしょにがんばりましょう！！



運動場の桜



## 定期健康診断が始まります

★4月～6月にかけて健康診断を行います。健康診断は、身体の発育の様子や病気がないかを調べるのはもちろん、自分の病気を予防するという大切な役割をもっています。

この機会に**自分の体をよく知り、今までのライフスタイルを見直すきっかけにしませんか？**

内容	実施日	時間	対象者
身体測定・視力・聴力	4月17日(月)	2・3校時	全学年・聴力は1, 3年
内科・結核健診	4月27日(木)	13:30～	3年
・四肢の状態	5月9日(火)		1年1組
※2年生は修学旅行前健診を兼ねる	5月16日(火) 5月18日(木)		1年2組 2年
尿検査1回目	4月14日(金)	起床後すぐに採尿	全学年
2回目	4月26日(水)		未提出者・再検査者
3回目	5月10日(水)		未提出者・再検査者
心電図検査	5月1日(月)	9:00～	1年
眼科健診	6月1日(木)	13:30～	1年
耳鼻咽喉科健診	6月7日(水)	13:30～	1年
歯科健診	6月8日(木)	13:30～	全学年



**お世話になる校医の先生方** 大野秀夫先生(内科)・乾浩三先生(内科)・西田雅宏先生(眼科)

・川田育二先生(耳鼻科)・阿部昭人先生(歯科)・中西淳仁先生(歯科)・榎田耕司先生(薬剤師)



## 保健室の利用のしかた



★保健室は病気の時の休養、けがの救急処置、心やからだの相談をするところ。保健室の利用にあたって次のようなマナーを守り、みんなが気持ちよく使えるようにしましょう。

### 1 保健室を利用する前

- (1) 休み時間に、緊急時以外は、担任または学年の先生に報告をしてから来室する。
- (2) 授業中は、けがや急に体調が悪くなったときのみ利用でき、教科の先生に報告してから来室する。

### 2 保健室のゾーニング

感染症予防のため、けが・相談などと体調不良者の入口が分かれています。

### 3 保健室へ入ったら

- (1) 入室退室時には手指消毒をする。
- (2) あいさつをする。
- (3) 現在の様子をくわしく説明する。「いつ・どこで・何をしていた・どうなった」
- (4) 養護教諭と相談をして処置を決める。

保健室での休養は1日1回、1時間以内としています。

・保健室で飲み薬は使ってはいけないうことになっています。

・特に付添は必要ありませんが、必要なときのみ1名付き添ってもらいましょう。

- (5) 保健室は、休養や相談等で利用するので静かにしましょう。

### 4 利用が終わったら

- (1) 寝具を片付け、静かに教室へ帰る。
- (2) 早退することになり自分で帰宅した場合は、必ず学校へ電話連絡をする。

※保健室での処置は応急処置です。継続した治療はできません。

保健室



養護教諭の植原智子です。1年間よろしくお願いします。  
みんなで協力して、保健室のルールやマナーを守って利用してください。

