

ほけんだより 4月号

R6年度
石井中学校
保健室より

ご入学・ご進級おめでとうございます。

石井中学校の養護教諭の笹田 季生ささだ きゅうです。昨年度から引き続き、みなさんが安心して生活できるように、心や体の健康づくりをサポートしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願ひします！

ついに新学期が始まりましたね。新しい出会いが多いこの時期は、ワクワクすることが多い一方、環境の変化から体調をくずすことも少なくありません。疲れをため込まないようにして元気に登校できるよう、まずは「早寝・早起き・朝ご飯」を心がけていきましょう！



4月の健康診断スケジュール



4月から6月にかけて、体のことを知るためにたくさんの検査があります。健康診断は自分の体を診てもらえるチャンスです！自分の健康を振り返り、これから1年間、健康な体を作っていきましょう！

日程	健診内容	対象者	持ち物
4月12日(金)	身体計測 視力・聴力検査	全学年 (聴力検査は1・3年)	体操服(夏用) メガネ(着用している人)
4月17日(水)	心電図検査	1-1・1-2・1-3	
4月18日(木)	心電図検査	1-4・1-5	
4月23日(火)	尿検査1回目	全学年	
4月23日(火)	内科健診	2-1・2-2	
4月26日(金)	内科健診	2-3・2-4	

健診終了後、異常や疑いがあった人のみ「お知らせ(受診勧告書)」をお渡しします。異常や疑いが見つかった人は、できるだけ早めに医療機関での受診してください。受診した結果、異常がないと診断されることもありますが、必ず学校に報告するようご協力をお願いします。

提出書類のお願い

4月17日(水)から順番に、心電図検査や内科健診が始まります。新学期に入り、バタバタと忙しい時ですが、次の書類をご確認いただき、期限までにご提出ください。

調査票は、健診時に学校医の先生に診ていただく大切な書類です。無くさない・汚さないようにお気をつけください。また、提出期限は必ず守ってください。

提出期限：4月12日(金)

提出書類：保健調査票(全員)、結核に関する問診票(全員)

運動器健診保健調査票(全員)

心臓健診調査票(1年生)、緊急連絡カード(1年生)

スポーツ振興センター加入同意書(1年生)

今年度より、名西郡の小中学校の保健調査票が新しくなりました。記入する箇所が増えているため、一緒に配布する「保健調査票の記入について」を確認しながら、記入漏れのないようにご記入ください。よろしくお願ひします。



～保健室を利用するときは～



保健室は、けがや体調が悪くなった時に休養したり、心や体の相談をしたりするところです。みんなが気持ちよく保健室を使えるよう、保健室を利用するときは、次のようなマナーを必ず守ってください。ご協力よろしくお願ひします！

- ★保健室に来る前に、必ず担任(教科担任)の先生に伝えてから来てください。
- ★あくまでも応急処置をする場です。予防的・継続的な治療はできません。
- ★内服薬(飲み薬)はありません。自分で持っておくようにしましょう。
- ★保健室での休養は、原則1時間までです。体調が良くならない場合は、自宅で休養しましょう。
- ★感染症予防対策の観点から、37.5℃以上ある場合は保健室では休養せず、自宅での療養となります。あらかじめご了承ください。