保健だより



令和5年4月7日 ~4月号~ 練馬区立北町中学校 保健室

ご入学おめでとうございます。

新入生のみなさん、はじめまして養護教諭の三浦と申します。皆さんが健康で 有意義な学校生活を送れるよう、保健室からもお手伝いさせていただきます。 よろしくお願いいたします。

保健室はこんなときに来てください

- 1 けがや体の具合が悪いとき ※保健室に先生がいないときは職員室の先生に相談してください。
 - ・けがをしたとき、軽い手当や病院へ行くまでの応急処置をします。
 - ・体の調子が悪いときや、気分が悪くなったとき、1時間ほど休養し様子をみます。
- 2 体や健康について知りたいとき
 - 自分の身長や体重を知ることができます。
 - ・体や健康についての本や資料があります。(保健室の本や資料はみんなのもの。大切に使ってください。)
- 3 心配なことを相談したいとき
 - ・心配ごとや悩みがあると、体調を崩すことがあります。そんなとき、ちょっと話をするだけで 気分がスッキリしますよ。
- 4 日本スポーツ振興センター災害給付の手続きが必要なとき
 - ・学校の管理下でけがをして医療機関に受診したとき、給付金を申請できます。担任の先生や 顧問の先生に連絡をして申し出てください。

保健室で行う処置について

- 保健室利用するときは、・授業に遅れそうなときは教科の先生に断ってからきましょう。
 - 保健給食委員に付き添ってもらうか、保健室に行くと伝えてから利用しましょう。

〇保健室は、あくまで応急処置の場です。

- 内服薬は使用しません。
- ・応急手当は、当日のものについて対応します。継続的な処置は行いません。

※学校でその日に起こった傷病を対象とします。登校後に学校で具合が悪くなったり、けがをしたと き、保健室で初期の応急対応をいたします。登校前の体調不良・疾病や継続的な処置などはご家庭で 対応されますよう、お願いいたします。また、症状や状況によっては、初期対応をしながら、保護者 に連絡を取らせて頂きます。お忙しいところとは存じますが、お迎え等の対応をお願いいたします。

〇医師の受診を必要とするけがをしてしまったときの対応

- ・受診する病院の選定は、保護者に一任し、お子様を保護者へお返しすることを基本とします。
- ・校内で病気や大きなけがが発生し、お迎え等で対応が間に合わない場合は次のとおり対応します。
 - ① 応急手当→②家庭連絡→③医療機関搬送(養護教諭または教員が付き添い)→④医療機関で養護教諭 または教員と保護者が合流(保険証・子ども医療証をお持ち下さい)→⑤診察

○気分の悪い人や病気の人が一時的に休むところです。

- 1時間以上の休養が必要で、授業を受けられないときは、早退の手続きをとります。
 - ※現在、新型コロナウイルス感染症対策として、風邪症状などの体調不良の場合は原則休養せずに 早退の措置をとっております。
- ※1 時間目の授業から保健室で休むことがないように、体調を整えてから登校してください。
- **〇保健室では、先生の指示を守ってください。**・勝手にベッドに寝転んだり、薬品や器具を使用しないでください。

4月当初の保健関係書類提出のお願い

- ・4月は保健関係でも提出していただく書類がたくさんあります。期日を守ってご提出ください。
- ・クラス、出席番号のご記入もよろしくお願いします。

学年	提出期日	提出書類				
1 年生		① 保健調査票 ②結核問診票 ③心臓検診調査票 ④アレルギー問診票				
2 年生	4月10日(月)	① 保健調査票 ②結核問診票				
3 年生		① 保健調査票 ②結核問診票				

※ 書類提出は遅くとも、4月11日(火)までに提出ください。

健康診断がはじまります!

4月から6月にかけて、健康診断が行われます。健康診断は、皆さんの身体の発育状態や健康状態を調べ、充実した学校生活が過ごせるように行われます。

〈 健康診断の日程 〉

月・日	曜	検診	対象	時間	服装・注意事項	
4/12	水	内科検診	3年生	8 : 55~	体育着、長袖ジャージ	
4/19	水	内科検診	1,2生	8 : 55 ~	体育着、長袖ジャージ	
4/21	金	腎臓検診1次	全学年	登校後すぐ	容器に必ず名前シールを貼る。	
4/24	月	心臓検診	1 年生	13 : 30~	体育着、長袖ジャージ	
4/27	木	歯科検診	全学年	8 : 55~	登校前に必ず歯を磨いてください	
4/28	金	腎臓検診1次予備	4/21 未提出者	登校後すぐ	各自、保健室に直接提出	
5/2	火	身体計測	全学年	8:55~	体育着 メガネ使用者はメガネを持参	
5/10	水	耳鼻科検診	全学年	8 : 55~	前日に耳まわりを清潔にしてください	
5/11	木	眼科検診	全学年	8 : 55~	眼鏡使用者は必ず持参する。	
					※コンタクト使用者は着用したままで可	
5/18	木	腎臓検診2次	2次対象者	8:30~55	各自、保健室に直接提出	
5/24	水	修学旅行事前健診	3年生	8 : 55~	体育着、長袖ジャージ	
6/9	金	腎臓検診2次予備	2 次検査未提出者	8:30~55	保健室に登校後すぐ直接提出	

校医の先生の紹介

担当	お名前	医療機関名	住所	電話番号			
内科	麦島 真理	麦島内科クリニック	錦1-21-1	3550-2256			
眼科	堤 篤子	つつみ眼科クリニック	北町2-22-8	3933-0955			
耳鼻科	町野 満	耳鼻咽喉科まちの医院	北町1-284	3933-2344			
歯科	山田 茂幸	山田歯科	北町2-41-3	3559-2362			
薬剤師	新井 みどり	たーとす薬局	平和台2-11-14	3933-1235			

☆お願い☆

早退する際は、必ず連絡します。また、けがや病気についてなどで保護者の方に連絡をとる場合があります。連絡先が届け出以外の場合はその連絡先を生徒手帳などにメモしておきましょう。