# 保健だより

NO.1

平成２８年４月６日
練馬中学校　保健室

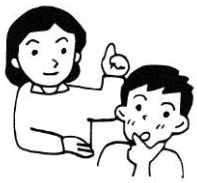
**みなさん、入学・進級おめでとうございます！**

保健室では、みなさんの学校生活を主に健康面からサポートしていきます。
こんなときは遠慮せずに保健室にきてください。

**けがをした**

**具合が悪い**

**悩み事を相談したい**



**体や健康について知りたい**

また、この保健だよりでは、必要事項の連絡だけでなく、ちょっとした気づきや役立つ健康情報なども紹介していく予定です。「こんなことを載せてほしい」といったリクエストも大歓迎です。是非、おうちの人と一緒に読んでください。どうぞよろしくお願いします

## 保健室の使い方について

**○保健室はこんな時に来てください○**

- 急に具合が悪くなったとき
  ＊我慢できそうなときは**なるべく休み時間に来る**
- けがをしたとき
  ＊学校での処置は**１回限りで応急的なもの**にすぎないため、家に帰ったら**家族と相談し各家庭で処置**をするか、**専門医の診察**を受ける。
- 体や健康について知りたい時
- 体や心の悩みを相談したい時

**●決まり事●**

- 保健室に来るときは、必ず授業の先生か担任の先生に連絡しましょう。
- 保健室に来るときは保健室利用カードを持参しましょう。
- 保健室では勝手に検診器具を触ったり使ったりしてはいけません。
- 保健室で処置をした時は連絡票を渡します。授業の先生または担任の先生に渡しましょう。
- 保健室での休養は原則１時間までです。
- けがや病気の時は症状をわかりやすく教えてください。

## 学校医の先生をご紹介します

今年度もお世話になる学校医の先生方です。みなさんの心身の健康のため、さまざまな面から、サポートをしてくださいます。これから始まる健康診断でもみなさんの体をみてくださるので、健診の前にはきちんとごあいさつしましょう。

●内科：長村　洋先生（オサムラクリニック）　春日町２-７-１
●歯科：大島　一夫先生　（大島歯科医院）　高松３-１３-１９
●眼科：中島　裕美先生（中島眼科クリニック）　高松１-１４-５
●耳鼻科：奥村講准朗先生（奥村耳鼻咽喉科）高野台１-１７-１７
●薬剤師：新藤　恵先生　※今年度からお世話になる先生です。

# ２８年度　健康診断日程表

| 月日 | 時間 | 健診名 | 対象者 | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| **4月** | | | | |
| １３日(水) | 朝学活で回収 | **腎臓病検査(尿検査１次)** | 全学年 | 12日に尿容器を配布します。名前の記入漏れに注意しましょう。 |
| １４日(木) | ８：50～ | **歯科検診** | 全学年 | 当日朝の歯磨きを忘れない。 |
| １９日(火) | ８：50～ | **心臓病検診** | １年生、該当者 | 体育着に着替えて検査を受けます |
| ２０日(水) | 13：20～ | **内科検診(側わん検診、結核検診)** | ３年生 | 体育着で検査を受けます。結核検診問診票を4/6(水)に配布。4/13(水)までに提出してください。 |
| ２１日(木) | ８：50～ | **眼科検診** | 全学年 | コンタクトはつけたまま。 |
| ２２日(金) | 13：20～ | **内科・結核検診** | ２年生・５組 | 体育着で検査を受けます。結核検診問診票を４/8(金)に配布。4/15(金)までに提出してください。 |
| ２６日(火) | 朝回収(教室) | **尿検査１次②** | 一次未提出者該当者 | １次未提出の人はこの日に提出してください。該当者には個別連絡。教室で集めます。**８：５０までに保健室に提出。** |
| ２６日(火) | 13：20～ | **内科検診(側わん検診、結核検診)** | １年生 | 体育着で検査を受けます。結核検診問診票を 4/12(火)に配布。4/19(火)までに提出してください。 |
| ２８日(木) | ８：50～ | **体力テスト身体計測** | 全学年 | 体育着着用。めがねの人はめがねを忘れずに詳しいことは、後日プリントを配布します。 |
| **５月** | | | | |
| １０日(水) | 朝回収(保健室) | **尿検査２次 尿検査１次③** | １次未提出者該当者 | １次未提出の人はこの日に提出してください。該当者には個別連絡。**８：40 までに保健室に提出。** |
| 19日(木) | ８：50～ | **耳鼻科検診** | 全学年 | 前日までに耳掃除をしておく。 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 6/8(水) | 13：20～ | **健康相談** | 希望者、抽出者 | |
| 10/25(火) | 13：20～ | **貧血検査** | １年希望者 | 採血検査　※事前に希望調査をします |

**※色覚検査を２・３年生の希望者に実施します。詳細は後日お知らせします。**

保護者の皆様

　まもなく、定期健康診断が始まります。以下の保健関係書類についてお手数をおかけしますが、保護者の方にご記入いただきご提出をお願いいたします。よろしくお願いいたします。

１　**結核検診問診票**（配布・回収期間は各学年で異なります。）、

２　**保健調査票**・・・・・【提出期限】　１年生は4/11(月)、２・３年生は 4/8(金)

　　緊急連絡先は必ず連絡がとれるところをご記入ください。**※今年度から用紙が変更されています。**

３　**心臓検診調査票**（１年生のみ）・・・・・・・・・・・・【提出期限】　4/11(月)

お子さんのことで直接伝えたいことなどがありましたら、担任または保健室までご連絡ください。

練馬中学校　電話　03―3990―5451