

保健だより

No. 1
2012年4月10日発行
練馬中学校 保健室

ご入学、ご進級、おめでとうございます。みなさんの心と身体が健康に過ごせるようになっていきます。養護教諭の「田中伊久美」です。よろしくお願いします。

健康診断がはじまります!

自分のからだを知る



自分の健康を守る



健康なからだを育てる



健康診断は、自分自身の健康について理解をする、大切な行事です。

「知る」「守る」「育てる」をキーワードに今年の健康診断を受けてみるといいですね。

健康診断の注意事項

各健康診断の日程は、
月予定で確認してください。

- ① 事前連絡を確認し、検診の受け方や、提出方法など理解しておきましょう。
- ② 受診のお知らせが出された場合は、速やかに医療機関で受診をしてもらいましょう。受診報告書は担任の先生に提出してください。

明日は身体計測です!



【項目】 三計測（身長 体重 座高）

視力検査 聴力検査（1、3年生）

【持ち物】 半袖体育着 短パン

メガネを使用している人は“メガネ”

【注意】

- ① 休み時間のうちに、**体育着**に着替えておきましょう。
靴下も脱いでおきます。
- ② 視力検査では、**コンタクト**を使っている人は、そのことを先生に伝えて下さい。
また、**メガネ**を使っている人は、メガネをかけた状態（きょうせいしりよく矯正視力）とはずした状態（らがんしりよく裸眼視力）の両方を調べます。
- ③ 髪の毛の長い人は、頭の真上で結んだり留めたりしないで下さい。
(身長や座高が正確に測れません)

見えないときは、はっきりと



わかりません!

と言おう。

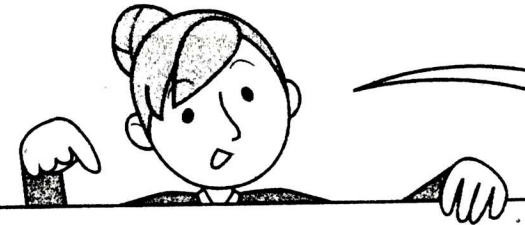


とても小さな音を聞きますので、
静かに待っていてくださいね。



<p>目的</p>  <p>ケガをしたときの応急手当</p>	<p>目的</p>  <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p>  <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p>  <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p>  <p>継続的な手当ではできません。家でしてね</p>	<p>☆</p>  <p>保健室を利用するときの約束</p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p> 	<p>注意</p>  <p>内服薬は出せません</p>	
<p>ルール</p>  <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p>  <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p>  <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p>  <p>備品等に勝手に触らない</p>


学校感染症にかかったら、出席停止になります！



出席停止になる感染症

インフルエンザ、百日咳、麻しん、流行性耳下腺炎、風しん、水痘、咽頭結膜熱、結核、流行性角結膜炎、腸管出血性大腸菌感染症 など

欠席扱いにはなりませんので、家でゆっくり静養しましょう。



学校医の先生方を紹介します。

健康診断をはじめ、皆さんの健康管理のお手伝いをさせていただきます。

内科	長村 洋 先生	(長村クリニック)	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
耳鼻科	奥村 講准朗 先生	(奥村耳鼻咽喉科)	高野台1-17-17
眼科	篠田 健二 先生	(篠田眼科医院)	栄町37-7
薬剤師	作田 智子 先生		

