



ほけんだより

23. 4. 6
谷原中学校
保健室No.1

新学期がスタートしました。新しい出会いが待っています。中学生の時期は体も心も大きく成長する時期です。楽しいことも苦しいことも色々な場面で出会うことでしょう。たくさん悩むことが大きな成長につながります。今年1年間、健康で楽しく充実した学校生活を送るためにも、目標をもってがんばりましょう！



各検診の詳しい内容はほけんだよりでお知らせします。

みなさんは今、からだや心が大きく変化する時期にあります。健康診断は、ただ検査を受けて、健康状態を知るだけでなく、自分のからだの変化を受け止め、自分のからだを大切に思う気持ちを育てる大きなチャンスです。年に1回の健康診断は大人になっても続きます。とても大切なものです。

保健室からおうちの方へお知らせとお願い

本日、保健関係のプリントなどを配布、返却しました。(学年によって配布物は違います)下の詳細をよくお読みいただいて、必要事項をご記入の上担任まで提出してください。お手数おかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

提出しめきり：4月11日(月)です。

1年生 本日、入学式受付で、封筒をお渡ししました。

- 結核検診問診表 (内科検診で使用します)
- 心臓検診問診表

記入もれないようにお願いいたします。

2、3年生 本日配布、返却したものです。

●保健調査票 (3年間使用するもの)

- ① 表面の緊急連絡先の変更がないかどうか確認してください。
- ② **必ず、中を開いて、予防接種の記録、アレルギーの項目の記入をしてください。(該当なしでも記入する箇所があります)**
- ③ 裏面の日頃の体調について、学年ごとに記入することになっています。
- ④ 最後に押印をお願いします。

●結核検診問診表 (内科検診で使用します)

日時	検診	対象	
4/12(火)13:30~	眼科検診	全学年	視力検査ではありません。目の検査です。
4/14(水) 8:45~ 13:30~	内科検診	全学年	骨の曲がりもみます。
	心臓検診	1年生	2、3年生で一部検診する人もいます。背
4/19(火)8:50まで	腎臓検診	全学年	尿検査のことです。朝回収します。
4/21(木)8:45~	歯科検診	学年は	朝、歯をみがいてきましょう。
4/22(金)8:45~	歯科検診	未定	朝、歯をみがいてきましょう。
4/27(水)8:50まで	腎臓検診予備日	1回目未提出者	4/19の1回目に未提出の人が提出します。
5/ 2(月) 身体計測・スポーツテスト		全学年	身長・体重・座高・視力・聴力をはかります。
6/12(木)13:10~	耳鼻科検診	全学年	耳、鼻、のどの検査です。
6/13(水)8:50まで	腎臓検診2次検査	2次対象者	1次で2次検査のお知らせをもらった人が対象です。
7/15(金)13:30~	臨海学校 事前検診	1年生 参加者	臨海へ参加できるかどうか検査します。
9/22(木)13:30~	修学旅行 事前検診	3年生	修学旅行に参加できるかどうか検査します。
11/4(金)13:30~	貧血検査	1年生 希望者	採血して検査します。
1/13(金) 13:30~	スキー教室 事前検診	2年生	スキー教室へ参加できるかどうか検査します。



- (内科) 中村 光彦先生
中村医院 TEL 3997-0250
- (眼科) 若野 郁子先生
若野眼科 TEL 3997-1803
- (耳鼻科) 大木 光義先生
大木耳鼻咽喉科 TEL 3970-8733
- (歯科) 清水 勇 先生
清水歯科医院 TEL 3997-1254
- (薬剤師) 上田 ゆき江先生 TEL 3999-9138

裏面もあります……

学校伝染病について・・・

下記の学校伝染病にかかった場合は、出席停止となります。(欠席にはなりません) すぐに学校へご連絡ください。「登校届」の用紙をお渡しします。保護者の方がご記入の上学校へ提出してください。

学校で(登下校時も含む)けがをしたら・・・

保健室で手当てできるけがについて・・・

ねんざや打撲、その他様々なけがで保健室で手当てをした後に、ご家庭で経過観察が必要なけがに関してだけ、お子様に、けがの様子とその後の注意事項を書いたお手紙をお渡しすることがあります。帰宅後の様子を書いていただいて、翌日学校へ提出することになっています。

「学校でけがをしたよ」というお話がお子様からお話があった時は、お手紙をもらったどうか聞いてみてください。

医療機関での手当てが必要なけがについて・・・

けがの直後、または経過観察後に症状が悪化した時、医療機関への受診が必要と判断し、保護者の方へ電話連絡します。かかりつけの病院をお聞きして医療機関へ行きます。保険証がないと受け付けてもらえない病院もあるので、病院まで来ていただくこともあります。保護者の方と連絡がつかない場合は、保健調査票に記載された、かかりつけ医か、学校側の選んだ病院での受診になります。病院からの指示で後から保険証をもっていただく場合もあります。

けがの程度や受診した病院によってご連絡方法や、ご協力いただくことが様々だと思います。よろしくお願ひいたします。

受診した時の治療費について



学校の管理下でけがをして医療機関で受診した場合は、担任、養護教諭にご連絡ください。手続きの用紙をお渡しします。

学校でけがをした場合、治療費は、「練馬区こども医療証」を使用して大丈夫です。

しかし、都外の医療機関では、「練馬区こども医療証」は使用できません。3割でお支払いいただいて、学校での手続き後、スポーツ振興センターから4割給付されます。

あうちの方へ

ご入学・進級おめでとうございます。

中学校3年間はあっという間なのに、体と心の成長はとても大きく、理由もなく体調不良になったり、悩んだり・・・これから大人になっていく上で大切な時期だなと感じています。保健室では、「自分の体は自分で守る」を目標に、体調が悪くなったり、けがをした時は、子供たちと一緒に「生活習慣はどうか?」「けがの原因になっていることがあるかもしれない・・・」などと考えていきたいと思っています。谷原中生徒の体と心の健康について、保健室の様子など、このほけんだよりでお知らせしていきたいと思っています。1年間よろしくお願ひいたします。

養護教諭 稲垣 奈緒子

年 組 氏名 保護者殿	平成 年 月 日 練馬区立谷原中学校 校長 前田 光男
学校感染症による出席停止のお知らせ	
この度、お子さまが、下記の○印の病気にかかられたという連絡をうけましたので学校保健安全法19条の規定により出席停止をお知らせいたします。医師から登校の許可が出るまで自宅で療養して下さい。処置は、お子さまに休養を十分とっていただくとともに、他のお子さまへの感染を防ぐためのものです。出席停止の期間中は、欠席扱いをしません。 医師からの登校の許可が出ましたら、 <u>下記の「登校許可届」にご記入のうえ、学校へ提出してください。</u>	
病名と出席停止の期間	
第1種	病名 期間
	エボラ出血熱、クリミアコンゴ出血熱、痘瘡 ハスト、マールブルグ病、ラッサ熱、コレラ 急性灰白髄炎(ポリオ)、南米出血熱、ジフテリア、 重症急性呼吸器症候群、鳥インフルエンザ(H5N1) 治癒するまで
第2種 飛沫感染 するもの	インフルエンザ(鳥インフルエンザを除く) 解熱した後二日を経過するまで 百日咳 特有の咳が消失するまで 麻疹 解熱した後三日を経過するまで 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ) 耳下腺の腫脹が消失するまで 風疹 発疹が消失するまで 水痘(みずぼうそう) すべての発疹が痂皮化するまで 咽頭結膜熱 主要症状が消退した後二日を経過するまで 結核 病状により学校医その他の医師において伝染のおそれがないと認めるまで
第3種	コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、 腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎 急性出血性結膜炎 溶練菌感染症、手足口病、ウィルス性肝炎、伝染性 紅斑(リンゴ病)、ヘルパンギーナ、マイコプラズマ 感染症、感染性胃腸炎、その他の伝染病 条件により出席停止となる感染症であり、校長が学校医の意見を聞き、期間を決定する。
キ リ ト リ セ ン	
学校長殿	登 校 許 可 届
病名 _____	医療機関名 _____
上記疾病について、年 月 日から出席停止とし 年 月 日から登校を許可されました。	
平成 年 月 日	
年 組 生徒氏名 _____	
保護者氏名 _____ 印	