

# えがお

心身ともに健康になろう！  
八坂中学校 保健室  
保健 だより  
令和 8 年 4 月 27 日

4月の保健目標:健康診断を通して自分の健康状態を知ろう！

## ◎◎◎30日(木)は腎臓病検査の回収日です◎◎◎

腎臓病検査では、尿を調べることで腎臓病や糖尿病などの疑いがないかを調べます。

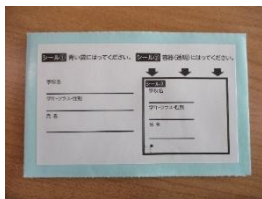
1 日時 容器配布:4月27日(月)

回収:4月30日(木)★クラスごとにまとめて8:35までに保健室へ



2 提出方法 配布する物(5点)・・・プリント・採尿コップ・提出用袋・提出用容器・名前シール

●配布されたプリントをよく読み、回収日の早朝尿を採取し、容器に入れる。



シールの名前を確認する。



シール①を袋に貼る



シール②を容器に貼る。



袋に容器を入れる。

●名前シールを所定の場所に貼り、提出用袋(青い袋)のまま、回収袋に入れる。

☆保健委員は名前の確認を行い、名簿にチェックをしながら回収し、保健室に提出する。

★クラス名簿・回収用のビニール袋(ブルーの袋・1枚)を各クラスに配布します。

☆体調により 30 日(木)に提出できない人は、5月13日(水)の予備日に提出してください。

回収方法は 1 回目と同様、クラスでの回収となります。



□□□□早めの受診をお願いします！□□□□

《《《『結果のお知らせ』を受け取ったら》》》



各健康診断では、受診の必要のある疾病について「健康診断の結果のお知らせ」を配付しています。受け取った方はなるべく早めに受診されますよう、お願いいたします。また、受診された場合は「受診報告書」を学校にご提出ください。よろしくお願いいたします。

# ☆みんなの保健室☆

こんな時は保健室へ来てください!

～利用のルールを守ろう!!～



体調が悪くて一時的に休憩したいとき



ケガの手当をしたい時



なにか相談したいことがあるとき

## 1. 体調不良やケガで利用するときは・・・

- 原則は休み時間の利用になります。

休み時間は、職員室で「保健室利用連絡票」(ピンクの用紙)

をもらってきてください。利用後は「保健室利用連絡票」を教科担任に提出してください。

- 授業中は、必ず教科の先生に断り、「保健室利用連絡票」をもらってきてください。

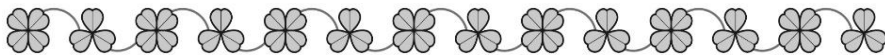
- 友達に頼んで絆創膏をもらいに来たりせず、必ず本人が来てください。

- 入室時はノックをし、「学年・組・名前と用件」をきちんと伝えましょう。

## 2. 保健室は救急処置の場です

- 継続的な治療や家庭でのケガについては対応できません。また、内服薬は渡せません。

- 体調不良による休養は回復の見込みがある人のみ、原則として1時間程度としています。早退の際は帰宅後、保護者の方または本人が学校に到着の電話連絡をしてください。



## 🏠 おうちの方へ 🏠

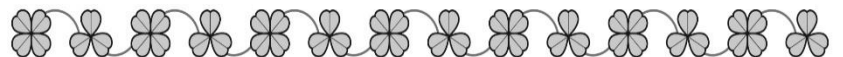
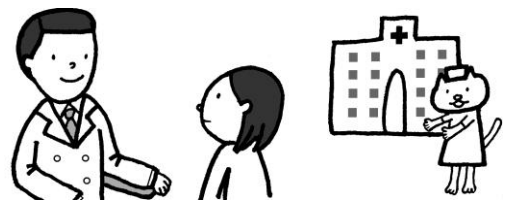
### その1 保健関係の書類の提出、ご協力ありがとうございました!!

入学・進級にあたり、保健関係の書類の記入、ご提出ありがとうございました。今後、住所・電話番号の変更がある方は新しい連絡先を必ずお知らせくださいますようお願いいたします。早退や病院受診の際に保護者の方への連絡が必要となります。必ず連絡のとれる場所をお知らせください。

### その2 学校でけがをした場合は「日本スポーツ振興センター」への申請を!

学校管理下のけがにより、病院にかかった場合は「日本スポーツ振興センター」の給付対象になります。希望される方は書類の提出をお願いします。(保護者に記入していただく書類と医療機関に記入していただく書類があります。)練馬区で配布している(子)の医療証を使用した場合も同様です。ただし、(子)を使った場合は1割の給付となり3割は練馬区へ返還されます。申請書類を保健室に取りに来てくださるようお願いいたします。(本人でも保護者の方でも構いません)

不明な点がありましたら保健室:平塚までお問い合わせください。



## <困った時に使ってください!>

生徒用女子トイレにナプキンを置いています。緊急時、困った時に誰でも使えるものです。もし、なくなっている場合は今まで通り保健室でももらえますので、気軽に声をかけてください。



このマークがついている  
トイレが目印です