

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5年4月6日



入学・進級おめでとうございます！！

春の日ざしに、色とりどりの花が咲く季節となり、新しい仲間との学校生活がスタートしました。新しい生活に慣れるには、まず、生活リズムを整えることが大切です。焦らず、自分のペースをみつけましょう。みなさんが笑顔あふれる学校生活を送れるよう、保健室から応援しています。どうぞ、よろしくお願いいたします。

4月の保健目標：自分の健康状態を知ろう！

*****健康診断が始まります！*****

自分の体の状態を知る大切な行事です。しっかりとした態度で臨みましょう。

月	日	曜	開始時間	検診	対象	場所	備考
4	11	火	9:45	身体計測	全学年	格技室 多目的室等	ジャージ・体操着登校 順番→②3年 ③1年 ④2年 ☆眼鏡がある人は持参すること
	13	木	1:30	耳鼻科検診	全学年	保健室	前日、耳掃除をしてくる
	20	木	8:45	歯科検診	全学年	保健室	朝の歯磨きを忘れないように
	21	金	8:35	尿検査 1回目	全学年	保健室	保健委員が回収 午前8:35までに 保健室へ提出 ※容器は前日までに配布
	25	火	1:30	心臓検診	1年	図書閲覧室	<u>心臓病健診調査票を事前に提出</u>
	27	木	9:00	眼科検診	全学年	保健室	
	28	金	8:35	尿検査 2回目	未提出者 該当生徒	保健室	保健委員が回収 午前8:35までに 保健室へ提出
5	12	金	1:30	内科検診	全学年	保健室	結核健診問診票・保健調査票 結核検診、四肢の状態 脊柱側わん検診(1.3年)
	18	木	8:35	尿検査 3回目	未提出者 該当生徒	保健室	本人が保健室へ提出 提出できない場合は、本人が必ず保健室へ連絡する。
10	20	金	1:30	貧血検査	1年 希望生徒	保健室	事前に希望をとります

☆詳しくは保健だよりにて検診の受け方等をお知らせします。

👂 13日(木)は耳鼻科検診です！ 👂

1年→2年→3年(クラス順)の順番です。(13:30開始予定)

<受け方>

◎校医の先生は大木先生(大木耳鼻咽喉科医院)です。

- ① 保健室前に男女別出席番号順に並ぶ。
- ② 保健室入り口で手指消毒を行う。
- ③ 検診がスムーズに行えるよう、前の人をよく見ておく。
- ④ 検診後は自分の学年の階の水道で手を洗い、教室に戻る。

★右耳・左耳・鼻・のどの4カ所をみてもらいます。

★耳鏡を使って、外耳の皮膚の状態や鼓膜を見ます。

★鼻のときは上を向いて、のどのときは大きく口を開けましょう。

★耳が髪で隠れてしまう場合は、耳にかけるか、ピンでとめて下さい。

こんな病気や異常が

見つかります！

じこう

耳垢：耳垢がかたまりになって耳の穴をふさいでいる

状態。放っておくと炎症を起こすこともあります。

アレルギー性鼻炎：空気中のホコリや花粉などに対してアレルギー反応を起こし、くしゃみや鼻水、鼻づまりをおこしたりする。



☆☆☆☆みんなの保健室☆利用のルールを守ろう！☆☆☆☆

1. 体調不良やケガで利用するときは・・・

- 原則として休み時間に利用してください。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。
- 体調不良により授業を受けることが難しい場合は早退となります。早退の際は「早退連絡カード」を持ち帰ります。自宅での様子を保護者の方に記入してもらい、登校した際に担任に提出をお願いします。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🏠

・・保健関係の書類の記入をお願いします・・

入学・進級にあたり、保健関係の書類の記入および見直しをお願いしています。特に、住所・緊急連絡先・携帯番号などの変更がある方は新しい連絡先をご記入ください。また、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ご記入ください。

養護教諭の

平塚かおり

です。

みなさんが楽しい学校生活を送ることができるようお手伝いをしていきます。よろしくお願いします。

