

♪入学・進級おめでとうございます♪

新しい生活が始まります。生活を保持し、改善していける力を養っていきましょう。今年度も保健室をよろしくお願ひします。



☆☆健康診断が始まります☆☆



みなさんが自分の“健康状態”を把握し、4月からの1年間を健康に過ごすために、学校では4月から6月にかけて健康診断を行います。健康診断は、「病気を見つけるために受ける」だけではなく、「自分の病気を予防する」という大切な役割を持っています。自分の体は自分で大切に、病気にならない体をつくるチャンスです。受診のお知らせを受け取ったら速やかに専門機関で早期治療や検査などを受けてください。

特に！眼科（視力）、歯科についてはどちらもここ3、4年受診率が30%と低迷しています。対象者は時間を作って受診してください。（☞裏面に検診日程）

○保健の提出書類

- ①保健調査票
- ②結核に関する問診票

2種類の調査票を配付しました。（別添のお知らせ配付）

提出メ切
4月12日(金)

該当学年の欄を漏れなく記入し、提出してください。

保健調査票については両面記入欄がありますので、ご確認ください。また、「月経困難症」がある生徒については「3 健康上注意すること」の欄に記入をお願いします。

※なお、3年生については「修学旅行事前健康調査」も配付してあります。

○スポーツ振興センター給付金制度について(全校生徒が加入しています。)

学校管理下で起きた災害について、保険内診療で支払われた費用は、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付を受けられます。1つのけがの治療にかかった費用が1500円以上(接骨院の場合5000円以上)の場合に対象となります。

学校でのケガで病院受診された場合は養護今江までご連絡いただくと助かります。

ご面倒だとは思いますが、学校で起きたケガについては「市の子ども医療費」は使用せず振興センターを使用するようにお願いします。

第三中の保健室利用のルール

みんなが気持ちよく利用できるように、ルールを守る。

保健室を利用する場合
職員室で
「保健室利用カード」をもち
らってから保健室へ

「どこが」「いつから」「どんなふう」に具合が悪いのかを自分で伝えます。
休養は原則1時間です。回復しない場合は下校等の対応をします。



保健室の中のものを使用する時は養護に許可をもらいましょう。
それから！
どんな時も
“あいさつ”は大事！

ケガの救急処置では
「いつ」「どこで」「何を
して」「ケガをしたのかを
しっかり伝えましょう。

保健室では学校でケガをしたときに救急処置をします。
ケガの状態によっては、病院で治療を受けたほうがよい場合がありますので、保護者の方の連絡が取れるようにしておいてください。
学校でのケガで受診した場合、保険内診療については日本スポーツ振興センターの給付対象となりますので保健室へ申し出てください。（詳しくは左下の「センターについて」を読んでください。）



からだや健康について
知りたいときにも
利用してください。

身長計や体重計で、休み時間に測定ができます。
自分のからだの様子が知りたい人は使うことができます。「からだ」や「健康」についての本があったり、掲示板にも資料をはり出しているの、ぜひ見てください。
また、この「保健News」でも健康について役立つ情報をお知らせします。

心の手当ても
しますよ。

中学生になると“悩み事”や“心配な事”が多くなります。
だれに相談すればよいか困ったときは保健室に来て話してみてください。
“話す”ことで、自分の気持ちや考えが整理できたり、解決のきっかけが見つかることもあります。一番よい解決方法をいっしょに考えましょう。



裏面にも続きます

健康診断日程

検診日や各検診・検査の注意事項、持ち物について確認しておきましょう。

4月

| SUN | MON | THU | WED | THU | FRI | SAT |
|--|-----|--|---|---|--------------------|--|
| | 8 | 9 | 10 | 11 発育測定 視力検査 (全) 聴力検査 (1・3年) | 12 眼科検診 (全) | 13 |
| 14 | 15 | ・体育着着用 ・女子の髪型 おだんごやポニーテールは× 視力検査 メガネ使用者はメガネを忘れずに！ | | 18 | 19 | 20 |
| お世話になる学校医の先生 内科:増淵和男先生 眼科:松岡雅美先生 歯科:斎藤 貢先生 耳鼻科:飛田 正先生 出浦恵子先生 薬剤師:鈴木仁子先生 | | 22 | 23 | 24 | 25 耳鼻科検診 (全) | 26 内科検診 (3年) |
| | | | 耳と鼻を診てもらいます。 「耳そうじ」、「鼻をかむ」 やっていきましょう。 | | | 内科は体育着で 受けます 登校後着替えを 済ませていきましょう |

5月

| SUN | MON | THU | WED | THU | FRI | SAT |
|-------------------|---|-----------------------|------------------------------------|--|--|-----|
| | | 30 | 1 尿検査1次 (全) | 2 検査キットを忘れないようトイレに置くといひよ。朝、登校したらすぐ提出すること。 | | 4 |
| 5 | スムーズに検診ができるようにみなさんの協力をお願いします。 また検診によっては提出物が必要な場合があります。期限までに必ず提出してください。 | | | 9 | 10 内科検診 (2年) | 11 |
| 12 | 13 | | | | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 尿検査2次 1年心臓検診 | 22 | 23 歯科健診 3年1~5組 8・9・10組 | 24 | 25 |
| 事前に調査表の配付と回収を行います | | | | 朝のはみがきを しっかりやる | | |
| 26 | 27 | 28 | 29 朝のはみがきを しっかりやっ ておきましょう | 30 歯科健診 3年6・7組 2年1~3組 | 31 内科検診 (1年) | 1 |
| | | | | | 内科は体育着で 受けます 登校後着替えを 済ませていきましょう | |

6月

| | | | | | | |
|--------------------------|----|----|------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|----|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| 9 | 10 | 11 | 12 朝のはみがきを しっかりやっ ておきましょう | 13 歯科健診 2年4~7組 1年1・2組 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 2年脊柱側彎症 健診 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 歯科健診 1年3~7組 | 28 朝のはみがきを しっかりやっ ておきましょう | 29 |
| ※色覚検査(1年) 日程等は未定 希望者のみ実施 | | | | | | |

