

# ほけんだより 4月

平成26年4月9日  
須木中学校保健室

4月の健康目標  
正しく健康診断を受けよう

保護者の方も一緒に  
ご覧ください。



こんにちは。  
養護教諭の鮫島です。  
須木中学校二年目になりました。  
一年間、須木中生の皆さんが健康で楽しい中  
学校生活を送ることができるよう、お手伝い  
させていただきます。どうぞよろしくお願

## ★ 保健関係書類の提出について

健康診断にともなう書類を配付しました。記入もれ等のないよう、提出してくださ  
い。

※ 2、3年生は4月7日(月)に配付し、4月9日(水)から回収しています。

学年	書類	提出期限
1年生	① 保健個人票 ② 心臓病調査票 ③ 結核検診問診票	4月11日(金)まで

### 保健個人票について

保健個人票は3年間使用します。お子さまが病気やけがをした際や健康  
診断で使用しますが、記入もれや電話番号等の変更により、保護者の方に  
連絡が取れないことがあります。緊急連絡先は、携帯電話番号や勤務先等、  
確実に連絡が取れる所を複数ご記入下さい。ご協力お願いいたします。

## ★ 健康診断が始まります

検診名	実施日	留意事項
身体計測	4月23日(水)	<input type="checkbox"/> 体操服・メガネを忘れずに 
	4月24日(木)	
(予備日)	4月25日(金)	
聴力検査 (2年のみ)	身体計測と同じ	
心電図検診 (1年のみ)	5月1日(木)	<input type="checkbox"/> 1年生のみ <input type="checkbox"/> 体操服を忘れずに
内科検診		<input type="checkbox"/> 体操服を忘れずに
眼科検診	5月7日(水)	
運動器検診	5月9日(金)	<input type="checkbox"/> 体操服を忘れずに
歯科検診	5月20日(火)	<input type="checkbox"/> 歯磨きをしっかりしておくよ うに
検尿(一次)	5月15日(木)に配付 5月16日(金)に提出	<input type="checkbox"/> 検査袋の名前をチェックする <input type="checkbox"/> 朝10時までに保健室へ提出 する
検尿(二次)	5月29日(木)に配付 5月30日(金)に提出	

## ★ 学校医の先生です



内科	中村 哲也 先生 須木診療所 Tel 48-2025
眼科	柗山 剩 先生 柗山医院 Tel 22-2503
歯科	押川卓一郎 先生 押川歯科医院 Tel 23-6789
薬剤師	松山 盛文 先生 こすもす薬局 Tel 23-2533

# ★ 保健室の利用について

保健室での休養は2時間を目安とします。自宅での休養が望ましいと判断した場合は、早退とします。早退をさせる場合には、家庭へ連絡させていただきます。家庭との連絡が取れない場合や自宅に保護者が不在の場合で、本人が一人で自宅へ帰れると判断した場合は帰宅させ、帰宅したら必ず学校へ無事に帰宅した旨を電話連絡するようにします。

## 負傷時の医療機関受診について

家庭へ連絡をし、受診する医療機関を確認します。医療機関へは教員が付き添います。保護者に連絡がつかない場合は『保健個人票』に記載されているかかりつけの医療機関を参考にさせていただきますが、休診日等でご希望にそえない場合もありますのでご了承ください。

## 学校管理下でのケガについて

学校管理下でのケガは、日本スポーツ振興センター災害給付金の対象となります。治療費が総額1500円以上になれば支給できます。ただし、給付金の支給までは、2～3ヶ月かかります。



# ★ 学校感染症について

下記の感染症にかかった場合は、学校保健安全法の規定により「出席停止」となります。

「出席停止」の場合は、欠席にはなりません。医師から診断を受けた場合は、学校までご連絡ください。

学校感染症と出席停止の期間		
種別	病名	出席停止の期間
第1種	鳥インフルエンザ (H5N1)	治癒するまで
	インフルエンザ	発熱した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで
第2種	百日咳	特有の咳が消失するまで、又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
	麻疹 (はしか)	解熱したあと3日を経過するまで
	流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ全身状態が良くなるまで
	風しん (三日はしか)	発しんがなくなるまで
	水痘 (水ぼうそう)	発しんがなくなるまで
	咽頭結膜熱 (プール熱)	主要症状がなくなった後、2日を経過するまで
	結核	学校医その他の医師が感染のおそれがないと認めるまで
	髄膜炎菌性髄膜炎	

ここにあります

**AED**

AEDは、心肺停止状態の人に使います。

須木中学校は、正面玄関の職員女子トイレの横に設置してあります。確認をお願いします。



## 倒れている人を見かけたら

- 1 周囲の状況を確認
- 2 出血の確認
- 3 意識の確認
- 4 協力者を呼ぶ (119番通報・AEDの依頼)
- 5 呼吸を見る
- 6 普段通りの呼吸をしていなければ、胸骨圧迫
- 7 気道確保
- 8 人工呼吸2回
- 9 AED装着 (回復するまでくりかえし)



## 朝ごはんスイッチ・オン!

一日のリズムを決めるのが朝ごはんです。朝ごはんを食べないで、学校にきてしまうと、午前中は頭がぼんやりして集中できません。

しっかりと朝ご飯を食べ、一日元気に過

健康面について何か困ったことがありましたら、担任または保健室の鮫島までお気軽にご相談ください。

