

ほけんだより 4月

..... 令和4年4月6日 都農中学校保健室

進級おめでとうございます。新2・3年生のみなさんは、学年がひとつ上がり、新たな気持ちで中学校生活が始まりますね。これからの1年間で、たくさんの思い出をつくることができるように、心も体も健康に気をつけて生活していきましょう。



4月から6月までの間に、様々な健診・検査を行っていきます。健康診断は、みなさんの健康状態を知るために必要な検査です。この機会を通して、自分の体のことを見つめ直し、健康な生活を送れるようにしていきましょう。

<健康診断の日程>

検査項目	日時	対象学年	注意事項
身体計測 視力検査 聴力検査	4月15日(金)	全校生徒	<ul style="list-style-type: none"> ・全員、体育着を忘れずに持ってくる。 ・眼鏡やコンタクトを使用している人は忘れずに持ってくる。(検査の時は、矯正視力を測定しません) ・髪の長い人は、耳より下で髪の毛を結んでおく。 ・3年生は耳の掃除をしておく。(聴力検査)
色覚検査	4月15日(金)	1年生希望者	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に1年生全員に希望調査を配付。全員提出。
運動器検査	5月10日(火) 13時30分～	2年	<ul style="list-style-type: none"> ・体育着を忘れずに持ってくる。
内科検診	5月12日(木) 26日(木) 6月2日(木) 13時30分～	1年 2年 3年	<ul style="list-style-type: none"> ・体育着を忘れずに持ってくる。 女子は上ジャージも持ってくる。 ・事前に「結核検診問診票」、「運動器に関する保健調査票」、「保健調査票」を全員提出する。
眼科検診	5月16日(月) 13時30分～	1・3年全員	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に「眼科検診問診票」を全員提出する。 ※今年度は1・3年のみの検診になります。
心臓検診	5月18日(水) 8時30分～	1年	<ul style="list-style-type: none"> ・男子：体育着上下、女子：上ジャージ、下体育着を忘れずに持ってくる。 ・事前に「心臓病調査票」を全員提出する。
歯科検診	5月20日(金) 10時～	全校生徒	<ul style="list-style-type: none"> ・朝、必ず、丁寧に歯を磨いて登校する。
尿検査(1次) 尿検査(2次)	5月31日(火) 6月14日(火)	全校生徒	<ul style="list-style-type: none"> ・検査容器は前日に配付。忘れずに持ち帰る。 ・注意事項を確認する。 ・提出忘れがないように登校前に検査袋を確認する。



<保健関係提出物>

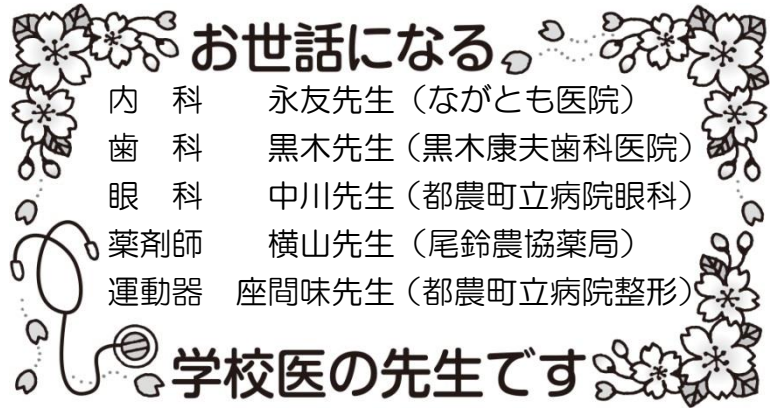
対象	提出日	提出物
1年生	4月12日(火)	各種問診票、日本スポーツ振興センター同意書、保健調査票 計7部
2・3年生	4月11日(月)	各種問診票、保健調査票 計4部



健康診断に関して、事前の問診やアンケートがあります。その都度お知らせしますので、ご協力をお願いいたします。健康診断がある日はなるべく欠席のないように日々の健康管理に努めましょう。



都農中4年目になりました。
養護教諭の横山紗耶可です。
皆さんの心と体の健康面の
サポートをします。



お世話になる。

内科 永友先生（ながとも医院）
 歯科 黒木先生（黒木康夫歯科医院）
 眼科 中川先生（都農町立病院眼科）
 薬剤師 横山先生（尾鈴農協薬局）
 運動器 座間味先生（都農町立病院整形）

学校医の先生です

保護者の皆様へ

「学校におけるけがの手当て等に対するご理解とご協力について」の文書のとおり、保健室利用についてのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

都農中学校保健室のルール

【身体も心も元気に過ごせるよう、毎日の生活リズムを整え、安全に気をつけて過ごしましょう。】

- ・ 保健室は全校生徒が利用する場です。下の『保健室のルール』を守り利用してください。
- ・ 保健室を利用したいときは、必ず先生に伝え「保健室利用カード」をもらい来室しましょう。
- ※ 中学校は教科担任制です。自分の居場所を必ず明確におきましょう。
- ・ 保健室の利用は、原則1時間までです。休養しても体調が回復しない場合は、早退をすすめます。家でゆっくり休養、または病院を受診し様子を見ましょう。
- ・ 保健室で手当てを受けたときは、帰宅後、お家の人に伝えましょう。
- ・ 保健室からは、内服薬は出しません。服用する薬は自分で準備しましょう。
- ・ 保健室では応急処置をします。帰宅後、続けて治療が必要なときは、病院や家で治療をしましょう。
- ※ 自宅でのけがは、自宅で手当てを行い登校しましょう。
- ※ 気になる症状やけが等による痛みが継続する場合は、お家の人に伝え、病院を受診しましょう。受診結果は、学級担任または学校、保健室へご連絡ください。

さわがない



勝手にさわらない



保健室のルール

授業中は先生に言ってから来る



できるだけ休み時間に来る



人に嫌なことを言う・する、人に迷惑をかける行動をとったときは、保健室でも厳しく指導します。

☆保護者の皆様へ☆

- * 「保健調査票」の記入は『表・裏』お願いします。昨年度から変更があれば訂正、または随時ご連絡ください。
- * 事故・病気に備えての緊急連絡先については明確にしておいてください。お子さんにも、「誰に、どこに連絡をするか」を伝えていただきますようお願いいたします。
- * 健康面において何か気になること等がありましたら、遠慮なくご連絡ください。
- * 新学年になり学校生活に慣れるまでは、体調を崩しやすかったりします。「夜11時までに寝る、朝は登校する1時間前に起き、朝ごはんを食べ、トイレに行き、登校」させてください。最初が肝心です。規則正しい生活リズムを身に付けましょう。見守りと見届けをお願いいたします。