

# ほけんだより 4月

No.1 令和6年4月23日発行 北方学園中学校保健室



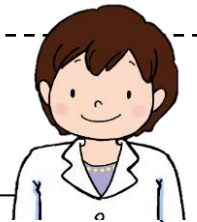
新年度が始まり2週間がたちました。新しい環境にワクワクする反面、ちょっと緊張気味の1年生。学年がひとつ上がり、気持ちを新たに頑張ろうと気合いを入れている2・3年生。保健室では、みなさんが充実した学校生活をすごせるようサポートしていきます。ルールを守って保健室を利用してください！

保健室のまつなが松永です！今年度もよろしくおねがいします

## 【自己紹介】

好きなこと：運動、美味しいものを食べること。  
家族：夫、息子（2歳6ヶ月）  
北方学園4年目になりました。妊娠・出産・子育てでサボっていたので、今年こそは健康のために運動します!!!

## 保健室利用の心得 ～ルールを守って!～



- ◆ けがなどの**応急手当**をします。
- ◆ 体調が悪いときの**観察や手当**をします。
- ◆ けがや体調が悪いときの**一時的な休養場所**です。
- ◆ からだの様子を知るための**計測や検査**をします。
- ◆ 心やからだの健康についての**学習**をします。
- ◆ 心やからだの健康についての**相談**を受けます。

保健室は、病院ではありません！  
医療行為や長期にわたる処置は行えません。内服薬は出せません。



【ルールその1】必ず先生に伝えてから来ること。「保健室利用カード」があります！

【ルールその2】礼儀正しく利用すること。

【ルールその3】他の人のことも考えて、静かにすごすこと。

【ルールその4】自分でできる手当も覚えましょう。

【ルールその5】保健室にあるものを使うときは一声かけてから。

保健室を上手に利用して、毎日**笑顔**で**元気**に学校生活を送れるといいですね！

# ★定期健康診断スケジュール★

検査項目	対象者	日時	検査項目	対象者	日時
身長・体重 視力検査 聴力検査 色覚検査	全学年 全学年 1・3年 1年生	4/17 (水) 2校時	心臓検診 (心電図)	1年生	4/24 (水) 10:20~
			尿検査(一次)	全学年	4/18 (木) 朝
			尿検査(二次)	対象者	5/2 (木) 朝
内科検診	全学年	4/22 (月) 13:40~	歯科検診	全学年	4/18 (木) 13:30
眼科検診	全学年	5/21 (火) 14:00~	耳鼻科検診	全学年	6/5 (水) 8:30~

☆事前に各学級にお知らせを出すので、準備物等の確認をして忘れ物がないようにしてください。

☆2学期に実施予定の健診もあります。後日お知らせします。

【このような病気・異常の疑いがないか調べています】

## 眼科

目やその周辺に異常や病気がないか

- ・アレルギー性結膜炎
- ・眼瞼炎
- ・内反症(逆まつげ)
- ・斜視



など

## 内科

心臓や肺、骨、皮膚の様子、栄養がとれているか

- ・アトピー性皮膚炎
- ・心臓の疾患
- ・胸郭の異常(漏斗胸等)
- ・気管支喘息



など

## 運動器

手や足、骨・関節などに異常や病気がないか

- ・脊柱側弯症
- ・その他スポーツ障害等



## 尿

腎臓に異常や病気がないか

- ・腎臓の疾患
- ・糖尿病



など

## 身体計測

身長・体重、成長の様子はどうか

## 視力・聴力

見え方や聞こえに異常がないか。学習に支障がないか。



## 耳鼻科

耳・鼻・のどに異常や病気がないか

- ・アレルギー性鼻炎
- ・耳垢栓塞
- ・中耳炎
- ・扁桃肥大

など



## 歯科

歯やあご、歯肉に異常や病気がないか

- ・むし歯
- ・歯周疾患
- ・歯垢の付着
- ・顎関節症
- ・かみ合わせ、歯並びの異常



学校では、病気や異常の疑いがある人にお知らせを出していますので、病院では「異常なし」と診断されることもあります。しかし、視力の低下など、わかっているから…とそのままにするのではなく、定期受診の目安としてもらえればと思います。

!! お世話になります!!

## 学校医・学校薬剤師の先生方

健康診断をはじめ、学校でのみなさんの生活を見守り、サポートしてくださる先生方です。

内科	日高 孝紀 先生 (北方医院)
歯科	中野 博之 先生 (北方歯科医院)
眼科	石井 紗綾 先生 (尾崎眼科延岡)
耳鼻咽喉科	佐藤 伸矢 先生 (さとう耳鼻咽喉科)
薬剤師	佐藤 和俊 先生 (きたかた調剤薬局)