

ほけんだより

平成29年 4月号
小椋中学校保健室 発行



進級・入学おめでとうございます。新しい環境の中で、少しの不安と大きな期待に胸を膨らませていることでしょう。皆さんそれぞれ、新たな学年に目標や希望を持っている事と思います。1日1日を大切に、心も体も健康で元気な1年にしていきましょう☆また、健康診断も始まるので体調をしっかり整えておいてくださいね。



1年生のみなさん、はじめまして☆2・3年生のみなさん、今年もよろしくお願いします。保健室の平良 悠^{はいら ゆう}です(o^v^o)ノ
みなさんの心と体が健康で、楽しく学校生活を送れるようサポートしていきますので、どうぞよろしくお願いします。体調面で相談したいこと、悩みや心配事があれば気軽に声を掛けて下さいね♪

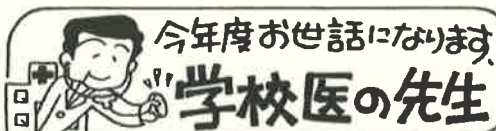
いかり刻ぼう♪朝の生活リズム♪



一人ひとりが、保健室のルールを守って、正しく利用しましょう♪

ほけんしつ の りょう の 保健室利用しかた

- ★保健室を利用するときは、担任の先生・教科の先生にきちんと伝え、『保健室利用カード』を必ず持ってくること。
- ★保健室での休養は、原則として1時間とします。
- ★保健室では、内服薬を使用することができません。
- ★先生が出張の時は、保健室は閉めます。
- *体調が悪い人、けがをした人は、担任の先生や教科の先生に相談してください。



学校三師の先生方には、本校のために検診や助言をしていただきます。

☆学 校 医 寺田 幸平先生(うえばるクリニック)
学校歯科医 兼城 繁 先生(ハート歯科医院)
学校薬剤師 比嘉 はつみ先生(がじまる薬局)

*健康診断や環境衛生検査でお世話になるので、しっかり覚えておいてくださいね。

※裏面は4月の健康診断の日程表になっているので、確認してください!

健康診断が始まります☆

4月の予定

※検査の日、休まないように体調管理を
しっかりしましょう！

実施月日	検査項目	対象学年	場所・時間	注意事項
4月12日(水) 4月13日(木) 4月14日(金)	尿検査 	全学年	☆1校時の休み時間 までに、保健室に提出 する。	・起床直後の尿をとる。 ・5時間以内に検査をしないと結果 が正確にでない、必ず1校時の 休み時間までに提出する。
4月19日(水) *繰上日課*	視力検査	全学年	場所：体育館 【時間】 3年生(1校時) 2年生(2校時) 1年生(3校時)	・めがねをかけている人は、忘れず に持ってくること！ 
4月20日(木) *繰上日課*	心電図検査	1学年	女子：保健室 男子：図書室 【時間】1~4校時	・トレパン登校(1年生) ・心臓検診調査票を提出する。 ※4月14日(金)まで！
4月27日(木) *繰上日課*	身体測定 聴力検査	2・3学年	【場所】 各学年フロア 2年生(2~3校時) 3年生(3~4校時)	・トレパン登校。 (測定時は体育着) ・2年生は、聴力検査はありません。
5月1日(月)	予備検査 (視力・心電図)	未検生徒	【場所】保健室 【時間】※調整中	・詳しい時間は、後日連絡します。



☆保健関係書類提出のお願い☆

健康診断の準備に伴い、諸調査票にお子さんの健康状態を
記入し、学級担任まで提出をお願いします。

【提出する書類】

- ① 保健調査票(全学年)
- ② 結核問診票(全学年)
- ③ 運動器検診問診票(全学年)
- ④ 心臓検診調査票(1年生)
- ⑤ 食物アレルギー調査票(1年生)

【提出期限】

4月14日(金)

●保健調査票は
あなたのからだの
大切な手がかかります

●保健調査票は
おうちの人と一緒に
正確に記入しましょう



健康診断日のお得情報

1 保健調査票はきちんと書いたほうがお得！

短い時間で疾病の可能性や異常をスクリーニングします。調査票に記入してあることは特に注意してもらえてお得。



2 校医さんへのあいさつでお得

校医さんは次々と大勢の検診を進めます。うるさかったりするとさすがの校医さんも集中力がなくなります。静かな環境と気持ちのいいあいさつで、最後まで正確にってもらえてお得。



3 早い治療でお得

歯や目、耳、鼻、運動器などの疾病は、早く治療を始めれば「治療期間が短い」「治療費も安い」のでお得。

