



4月の保健目標

自分の健康状態を知ろう



いよいよ新年度が始まりました。保健室の^{こにしともみ}小西友美です。川北中学校は2年目になりました。みなさんが、元気でいきいきと学校生活を送れるように、お手伝いをしたいと思っています。よろしくお願いします。

健康診断が始まります



実施項目	実施日	対象者	検診医・検診機関
身体計測・ 視力・聴力検査	4月8日(火)	全学年 ※聴力検査は1・3年のみ	
尿検査	4月22日(火)	全学年	石川県予防医学協会
心臓検診	4月28日(月)	1年	石川県予防医学協会
歯科検診	5月19日(月)	全学年	川北歯科医院 西出雅博 先生
内科検診①	6月4日(水)	1年、3年1組	川北温泉クリニック
内科検診②	6月11日(水)	2年、3年2組	池田商洋 先生
眼科検診	6月19日(木)	1年	上田眼科医院 上田満之 先生
耳鼻科検診	6月26日(木)	1年	さかの耳鼻咽喉科クリニック 酒野謙三 先生

身体計測・視力検査・ 聴力検査の受け方

- ◆**制服**のまま行きます。
(衣服の重さは差し引きます。)
- ◆**前髪**は目にかからないように、**髪**の長い人は計測の妨げにならないよう結んでください。
- ◆**記録用紙**を持って、検査会場へ移動します。
- ◆**コンタクトレンズ**を装用している人は、先生に必ず伝えてください。
- ◆**メガネ**を持っている人は、必ず持ってきてください。

健康診断当日、
忘れないように
しましょう！



提出物を忘れずに

1年生

☐ 保健調査票

2・3年生

☐ 保健調査票

☐ 結核検診問診票

提出は **4月9日** まで

ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます



手当てをするところ

学 校でケガをしたときは、応急手当をするので保健室へ来てください。

ただし、「昨日のケガのガーゼを換えたい」はダメ。あくまで一次処置の場所です。継続的な処置が必要なときは、おうちや病院で。



相談するところ

悩 みごとがあるとき、養護教諭が相談にのります。ケガ人や急病人がいるときは少し待ってもらうことがあるかもしれません。他の人がいないときに話したいという人は、日時を決めて約束をしましょう。



保健室って どんなところ？

静かなところ



体 調が悪いとき、一時的に休養できます。保健室では具合が悪くて静かに休みたい人がいるかもしれないので、元気な人も保健室の中や前の廊下では大きな声は出さずに、「静かな保健室」を作る協力をお願いします。

勉強するところ



保 健室には体や心に関する本が置いてあります。知りたいことがあるときは読みに来てもいいですよ。また、ケガをしたり体調不良になったとき、今後そうならないためにはどうすればよいかについても一緒に考えます。

薬 保健室では渡せません

保健室でできないこと もあります。

保健室では、飲み薬、塗り薬、湿布薬などは渡せません。

痛み止めなどが必要な人は、おうちの人と使い方などを確認・相談して、自分が必要な分だけ持ってくるようにしましょう。

保護者の方へ

日本スポーツ振興センター 加入についてのお知らせ



学校の管理下でけがをして病院を受診した場合、治療費を『日本スポーツ振興センター』へ申請することができます。薬代を含めて、窓口での支払い額が1500円以上が対象となります。受診された場合は、担任、顧問、または保健室までお知らせください。申請等に必要な書類をお渡しします。事務手続きの都合上、学校管理下でのけがの場合は、子ども医療費受給者証は使用せず、保険証提示の上、現金で支払いをしてください。なお、掛け金となる年間保護者負担額 460円は4月の集金で集めさせていただきますので、よろしく願いいたします。ご不明な点は、お気軽に保健室までご連絡ください。