

ほげだより4月

新しい学年が始まりましたね。慣れない環境は、自分が思っているよりも疲れるものです。そして、4月は年度初めで、行事の多い時期でもあります。翌日まで疲れを引きずらないように、休む時間もしっかりととりましょう。

何をやるにも健康が基盤になります。新年度を楽しく過ごせるように、保健室からもみなさんの健康づくりを精一杯サポートします。

●おうちの方へのお願い

保健調査票の記入をお願いします

保健調査票は「学校医による健康診断時の診察」、あるいは「日常の学校生活や行事における健康管理」、そして「緊急時に対応するための資料」として活用させていただきます。お子さまの様子をできるだけ具体的に詳しくご記入ください。



★毎年、年度初めに見直しをお願いします。変更はないが、全体に目をお通しください

2・3年生の提出〆切⇒4月14日(水)
(1年生は提出済みです)

●学校医の先生方を紹介します。

内科	魚岸先生	(うおぎし医院)
内科	北村先生	(北村病院)
歯科	石垣先生	(いしがきファミリー歯科)
歯科	浜岸先生	(浜岸歯科)
眼科	清水先生	(清水眼科医院)
眼科	山本先生	(やまもと眼科クリニック)
耳鼻科	山田先生	(恵寿病院)
耳鼻科	熊井先生	(能登病院)
薬剤師	多田先生	

学校医の先生は、みなさんの健康を守るために、健康診断の他にも、さまざまな健康面のサポートをさせていただきます。また薬剤師の先生は、みなさんが快適に過ごせるように環境や衛生面などのサポートをさせていただきます。

先生方にお会いしたら
気持ちのいい
あいさつを



●4月12日(月)に身体測定を行います。

身長、体重、視力、聴力、※クラス写真



時間	令和3年4月12日(月)
2限	3年生
3限	1年生
4限	2年生(聴力なし)



●登校前、家庭で検温をし、生活ノートに記入します。

平熱より高い体温の場合や微熱でも風邪の症状がある場合、倦怠感、味覚・嗅覚に異常がある場合は登校しません。



●保健室にはこんな時に来てください。

ケガをしたとき

水で洗ってから来てください。応急手当をします。治療は医療機関または家庭で行ってください。

気分が悪くなったり、病気になったりした時

体温や脈拍等を測りながら体調について話を聞きます。飲み薬は原則使用しないことになっています。薬は人によっては副作用が出たり、アレルギー反応を起こしたりする危険性があるからです。また、原因がわからない頭痛や腹痛の場合、薬によりその痛みを抑えることで重要な病気の発見の遅れにつながるなど弊害があるからです。なお、保健室は一時的に休養するところです。よって、休養は原則一時間とします。

健康のことで相談したい時

身体や健康について気になることや知りたいことがある時、心配なことや相談したいことがあるときは遠慮なく来てください。

身長・体重の計測

みんなが気持ちよく使えるよう、丁寧に使しましょう。



利用の注意

- 保健室利用の際は、なるべく担任の先生か授業担当の先生に伝えてから来てください。先生がいない場合は、クラスの会長または副会長に伝えます。
- 小さなケガや緊急でない場合にはできるだけ休み時間に利用しましょう。
- 保健室休養後、「保健室からのお知らせ」を学級担任に渡します。
- 「どこが」「いつから」「どのように」をきちんと伝えてください。
- 利用後は来室記録に記入をしてから退室しましょう。
- 休養している人がいます。静かに入室しましょう。
- 学校管理下で負傷した場合のみ保健室で応急手当を行うことができます。

継続して行う治療はできません。また、家庭でのケガの治療は医療機関または家庭で行ってください。

※保健室は、いろいろな人が利用するところです。ルールを守り、みんなが気持ちよく利用できるように協力してください。

