



Health News

2021年4月7日
小木中学校
保健だより No.1

1年生10名を迎え、新年度がスタートしました。
保健だより「Health News」は、保健行事や体・心の健康について、お知らせ等を載せます。
1年間、小木中学校の23名の生徒1人ひとりが心も体も健康で過ごせるよう願っています。

4月の保健目標

自分の体の成長を知ろう

学校医の先生を紹介します

内科 瀬島 照弘 先生 (小木クリニック)
歯科 草山 和人 先生 (草山歯科医院)
薬剤師 干場 実 先生 (ドラック ホシバ)

4月の保健行事予定

8日(木) 身体計測 (全学年)
23日(金) 尿1次検査提出日 (全学年)

なかがわ ゆり
養護教諭の**中川友理**です。
小木中学校3年目になります。みなさんが健康で元気に過ごせるようにサポートしていきます。
1年間よろしくお願いします。



健康診断が始まります

健康診断の目的

- ①体がどれだけ大きくなっているか調べるため
- ②病気を早く発見し、早めに治すため
- ③自分の健康状態を知り、これからの生活に役立てるため

明日**4月8日(木)**は

身体計測 です

身長・体重・視力・聴力を調べます。
「マイ・ヘルス」を持って検査会場を回りましょう!

前の日にしておくこと



お風呂に入って、体をきれいにしておきましょう。



体操服
体操服を忘れずに用意しましょう
メガネ・**コンタクト**
メガネを持っている人は忘れずに



聴力検査 (1・3年生)
耳そうじをしておきましょう。

検査を受けるときの注意

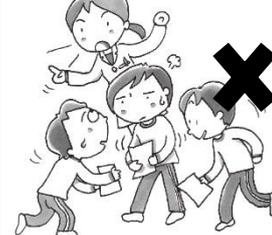
- *始めに石けんで手を洗いましょう。
- *各検査場に入る前に、手指消毒をしましょう。



1m以上間隔をあけて、静かに待ちましょう。
前の人のやり方をよく見ておきましょう。



あいさつをしっかりとしましょう。「〇〇(名前)です。お願いします。」



人の結果をのぞかないようにしましょう。



髪の毛を結ぶ場合は、頭の上や後ろにこないようにしましょう。
頭の上のピン、ゴムははずしないようにしなう。

朝の健康観察をお願いします

昨年度に引き続き、新型コロナウイルス感染症対策として、毎朝、検温と健康チェックをしてから、登校してください。

健康観察記録表は、登校後、生徒玄関の学年のかごに提出しましょう。

健康観察記録表を忘れた場合は、教室に入る前に、職員室に申し出てください。

チェック項目に当てはまる場合は、無理をせず、登校を控えてください。

健康観察記録用紙の一部↓

チェック項目



熱はありませんか？



のどの痛みやせきはないですか？

健康観察記録用紙		4月						年
	記入例	4月1日(木)	4月2日(金)	4月3日(土)	4月4日(日)	4月5日(月)	4月6日(火)	
体温 ℃	38.0℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	
体調	良い(悪い)	良い 悪い						
体調がよくない場合の理由	発熱 鼻水 咳 だるさ のどの痛み 息苦しさ その他 ()	発熱 鼻水 咳 だるさ のどの痛み 息苦しさ その他 ()	発熱 鼻水 咳 だるさ のどの痛み 息苦しさ その他 ()	発熱 鼻水 咳 だるさ のどの痛み 息苦しさ その他 ()	発熱 鼻水 咳 だるさ のどの痛み 息苦しさ その他 ()	発熱 鼻水 咳 だるさ のどの痛み 息苦しさ その他 ()	発熱 鼻水 咳 だるさ のどの痛み 息苦しさ その他 ()	
家族の状況	○							
	記入例	4月11日(日)	4月12日(月)	4月13日(火)	4月14日(水)	4月15日(木)	4月16日(金)	
体温 ℃	37.5℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	
体調	良い(悪い)	良い 悪い						



息苦しくないですか？



体はだるくないですか？



鼻水・鼻づまりはありませんか？



頭痛・腹痛、その他具合の悪いところはありますか？

日本スポーツ振興センター 災害共済給付制度についてのお知らせ



部活動も対象になります。

学校の管理下でケガをして医療機関にかかったとき、医療費の一部が給付されます。

総医療費 5,000 円（自己負担 3 割の場合、支払額が 1,500 円）以上が対象になります。

学校管理下でケガをして、医療機関にかかったときは、窓口で「子ども医療費受給資格者証」は使用せずに、保険診療の一部負担金 3 割相当額をお支払いください。なお、その場合、小木中学校中川までお知らせください。（後日、支払った分を含めた給付金が支給されます。）