

Health News

2022年4月6日
小木中学校
保健だより No.1

入学・進級おめでとうございます

1年生9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。今年度も小木中学校の32名の生徒1人ひとりが心も体も健やかに成長することを願っています。



なかかわ ゆり
養護教諭の **中川友理**です。

小木中学校4年目になります。みなさんが心も体も健康で過ごせるようにサポートしていきます。1年間よろしくお祈りします。



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 守生 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

7日 (木) 身体計測 (全学年)
22日 (金) 尿1次検査提出日 (全学年)
27日 (水) 歯科検診 (全学年)

健康診断が始まります

健康診断の目的

- ①自分の成長や健康状態を知る。
- ②病気の疑いがないかを調べる。
- ③自分の体や健康に関心をもつ。

明日4月7日 (木) 2限目は

身体計測 があります

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しましょう!

前日にしておくこと



お風呂に入って、体をきれいにしておきましょう。

体操服



メガネ・
コンタクト

体操服を忘れずに用意しましょう。
メガネを持っている人は忘れずに
持ってきてください。



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

【感染症対策】*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、ゴムははずしまし
う。



朝の健康チェックをお願いします

昨年度に引き続き、今年度も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。

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？



息苦しくありませんか？



体はだるくありませんか？



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？

健康観察記録用紙の一部↓

| 健康観察記録用紙 | | 4月 | | | | | | | | | | | | 年 番 氏名 | |
|--------------|--------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|--------|--|
| 体温℃ | 記入例 | 4月1日(金) | 4月2日(土) | 4月3日(日) | 4月4日(月) | 4月5日(火) | 4月6日(水) | 4月7日(木) | 4月8日(金) | 4月9日(土) | 4月 | | | | |
| 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、喉の痛み、息苦しさ、その他 (頭痛) | 発熱、鼻水、喉の痛み、息苦しさ、その他 | | |
| 家族の状況 | ○ | | | | | | | | | | | | | | |

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。）