

# 保健だより



ご入学・ご進級おめでとうございます。保健室では、みなさんの心とからだの健康づくりをお手伝いします。よろしくお願いいたします。

## 1学期の健康診断の予定

検診・検査	実施日	お知らせ
身体計測（全員）	4月9日（火）	・女子はハーフパンツ持参 ・メガネ所持者は持参 ・無理しない程度に耳垢掃除
視力検査（全員）		
聴力検査（1・3年生）		
内科検診（3年生）	4月25日（木）	・結核検診問診票の提出（裏面参照） ・運動器検診問診票の提出（裏面参照）
内科検診（2年生）	5月14日（火）	
内科検診（1年生）	5月17日（金）	
歯科検診（全員）	4月24日（水）	・歯科問診票は4月9日に学校で記入
尿検査（全員）	5月14日（火）	・朝全員提出 ・当日都合で提出できない人は5月31日に提出
心臓検診（1年生）	6月12日（水）	・心臓検診問診票の提出（検診日が近づいたら配付）
耳鼻科検診（1年生）	6月13日（木）	・耳鼻科検診問診票は検診日が近づいたら学校で記入

## 保健室へようこそ！

ただし、ルールを守ってさわやかにね！



### < 病気やけがで来室する時 >

- ① 急病でない限り、できるだけ**休み時間**を利用します。
- ② 利用するときは、次の教科の**先生に話してから**来室します。
- ③ 保健室に**先生がいない時は、必ず職員室へ**行きます。一人でさみしく待っていることがないように！

### < 保健室での過ごし方 >

- ① 検温をしたり、『保健室カード』を書いたりして、**自分の生活をふりかえり、原因を考えます。**

### < 保健室での処置 >

- ① 薬局や病院ではないので、**内服薬はおいていません。**
- ② **家で起こったけがや継続的な処置**（湿布を取り替えるなど）は、**原則行いません。**
- ③ 休養することで回復するのであれば、原則として**1日1回1時間（授業）**休養をします。その間によすを見ながら、学習を続けるか早退するかを決めます。**発熱等風邪症状の場合はすぐに早退**します。

### < 早退になったとき >

- ① 学習を続けることが困難と判断した場合、**担任や学年の教職員で保護者に連絡をとった後、早退**します。
- ② 下校中、容態の急変の危険もあるので、家の方のお迎えをお願いします。どうしてもお迎えに来られない場合、**帰宅したら必ず学校に連絡**します。

## 保護者の皆さまへ

### ① 保健関係書類について

年度始め、保健関係書類がたくさんあります。お忙しい中ですが記入され、学校へ提出をお願いします。

書類の種類	対象	調査の目的 と留意事項	提出期限
<b>健康管理カード 裏面：保健調査票 (本日配付)</b>	全学年	学校保健安全法に定められたもので、健康診断や学校での健康管理、体調が悪いときの家庭連絡や医療機関受診の際などに使用します。 <b>変更点および新学年の保健調査欄を鉛筆でご記入</b> ください。	<b>4月11日(木)</b> ※4月中旬から始まる健診で使用します。事前に医師と確認が必要なものもありますので、 <b>提出期限の厳守</b> をお願いします。
<b>結核検診問診票 (本日配付)</b>		紙面にて記入しづらい内容があれば、お気軽に担任か養護教諭にご連絡ください。	
<b>運動器検診問診票 (本日配付)</b>		内科検診の際に結核が疑われないか、運動器に問題がないか医師が判断するための資料として使用します。	

### ② 日本スポーツ振興センターについて

学校管理下(授業中・部活動中・休み時間・登下校時・学校行事など)でけが等をした場合、災害給付金が支給されます。給付の手続きは学校が行います。けがをして医療機関へ受診された場合は、担任または保健室までご連絡ください。(窓口で公費負担医療費を利用した場合は、その分の金額については給付対象外となります。)

1年生の保護者の皆さまには、後日、かほく市教育委員会からコドモンにて、日本スポーツ振興センター加入同意書が送付されますので、返信をお願い致します。 (2・3年生は自動更新です。)

### ③ 元気な学校生活を送るために

#### ●朝の体調の確認

- 発熱など風邪症状がある場合は、登校を控え、受診と自宅療養をお願いします。
- 登校後、発熱等風邪の症状が出てきたり、体調が悪くなったりした場合は、早めに保護者へお迎え依頼のご連絡をさせていただく場合があります。急な対応をお願いすることもあります。ご理解とご協力をお願いします。

#### ●感染症に負けない身体づくり(免疫力向上)

- 夜更かしや無理なダイエットは、免疫力を低下させます。十分な睡眠とバランスの取れた食事、適度な運動といった規則正しい生活習が身につくよう、ご家庭でもご配慮ください。

#### ～今年度お世話になる先生を紹介します～

学校医	：北谷 秀樹 先生	(北谷クリニック 高松)
学校歯科医	：飯利 邦洋 先生	(飯利歯科医院 高松)
耳鼻科検診医	：寺口 奏子先生	(はまなすクリニック 内灘町)
学校薬剤師	：丹羽 靖子先生	(にわ薬局 高松)
学校カウンセラー	：古市 俊郎先生	
教育相談員	：今井 伸戸先生	特別支援教育支援員：能口 可苗先生

