

ほけんだより4月

平成31年4月8日

大阪市立堀江中学校

保健室

新学期が始まりました。緊張や不安もあると思いますが新しい出会いや楽しみもあります。

何をするにも健康が基盤となります。
心も身体も元気に過ごせる1年にしましょう。

健康診断がはじまります

1学期はたくさんの健康診断が予定されています。
どれも自分の健康状態を知ることのできるで、大切なものばかりです。
もし、「受診票」をもらったなら、なるべく早く受診するようにしてください。



4月・5月（一部）の保健行事予定

4月12日（金） 身体測定・視力検査（全学年）・聴力検査（1・3年）

1限1年 ・ 2限2年 ・ 3年3限

メガネをかけている人は持ってきてください

22日（月） 内科検診（3年） 13:20～

23日（火） 内科検診（1年） 13:20～

5月8日（水） 内科検診（2年） 13:20～

⇒内科検診では、聴診と脊柱の検査（対象者のみ）も行います。
女子は検診がスムーズにいくように半そで体操服を持ってくるか
タンクトップなどを制服の下に着用しておいてください。

4月24日（水）・25日（木） 尿検査（全学年）

朝の学活時に教室で回収します。

4/24～家庭訪問があります

担任の方から、健康面での質問等があるかと思いますが、
学校に伝えておかなければならないことがあればお伝えください。
1学期は、宿泊行事やプールの授業もひかえておりますので、よろしくお願いします。

書類の提出 お願いします

- * 心臓検診調査票（1年のみ）
- * スポーツ振興センター加入の案内（1年のみ）
- * 保健調査票（1年生は全部を記入、2・3年生は変更箇所のみ記入）
- * 結核健康診断調査票・運動器検診調査票（全学年）

（全学年、始業式に提出となっていました。まだ提出していない場合は、必ず提出してください。）

⇒給食でアレルギー対応が必要な場合は、書類の提出が必要ですので、担任に連絡をお願いします。



保健室の利用の仕方

保健室の新開です。よろしくお願いします。

保健室はみんなが健康に学校生活を送れるように、お手伝いする所です。

そのためには、誰もが気軽に使えるようにルールを守って利用するようにしてください。

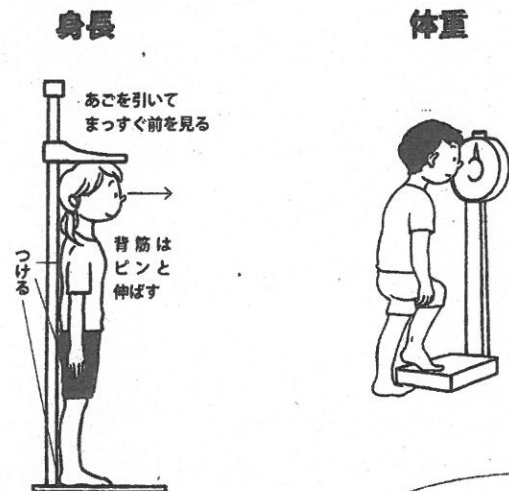
- 1、緊急な場合をのぞき、休み時間に来てください。
来るときは、担任（学年）の先生に許可をもらって、保健室に来てください。
- 2、授業中の場合も、どうしても我慢できない場合は、教科の先生に許可をもらってから来てください。
- 3、保健室は、遊び場ではありません。
本当に体調の悪い人が休養できるように、ふざけたりせず、
用事のすんだ人は、すぐに退室するようにしてください。
- 4、保健室は病院ではありませんので、簡単なケガの手当て（応急処置）
体温等の測定・一時的な休養しかできません。体調のすぐれない場合は早退し、
家庭でゆっくり休養するようにしてください。また、飲み薬も置いていませんので、必要な人は、家から自分に合ったものを持ってきてください。

学校医先生の紹介 1年間お世話になります。よろしくお願いします。

内科	九間 祥一 先生
眼科	杉本 英之 先生
耳鼻科	岸本 勝 先生
歯科	松井 正弘 先生
薬剤師	岡田 真由子先生



●身体測定の受け方



●視力検査の受け方

1. 左目をかくして右目から調べます。
2. 右目をかくして左目を調べます
3. 遮眼器をアルコール綿でふきます。



*メガネ・コンタクトレンズの人は、つけたまま測定します。
当日、忘れないようにしてください。



●聴力検査の受け方（1・3年）

保健室前の廊下、保健室の中ではしずかにしてください。
小さな音を聞きます。



●内科検診の受け方

女子は、半そで体操服を持ってくるか、タンクトップなどを制服の下に着用しておいてください。

●**運動器検診**も同時に行います。⇒ 運動器検診調査票で「異常あり」をチェックした人は、各クラスの最初に診てもらいます。

心臓の動き、皮膚や背骨、胸郭の状態、栄養が十分にとれているかななどを調べます。

