

ほけんだより

新学期スタート号

R7年4月9日 港中学校保健室発行

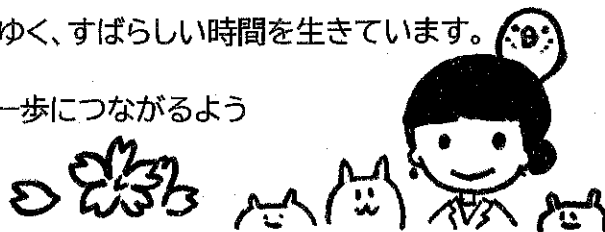


●入学・進級おめでとうございます!●

保健室でみなさんの健康と安全を見守る 小倉 可那子 (おぐらかなこ) です。

中学生のみなさんは、こころとからだが大きく成長してゆく、素晴らしい時間を生きています。

かけがえのない中学校生活が希望を実現して行く一步一步につながるよう
保健室から見守っています。



**** 保健室を利用するときは ****

○なるべく休み時間中来室しましょう

授業中に調子が悪くなったときは担当の先生にカードを書いてもらって来ましょう。

休み時間でも、だれか先生に言ってから来て下さいね。

○自分のからだ・こころの「声」を知らせてください

あなたのからだは、あなたのもの。

どこが・いつから・どのように調子が悪いのか、くわしく教えてくださいね。

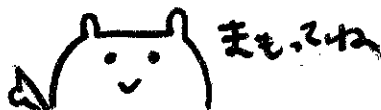
○お静かに、おねがいします・・・

体調が悪い人や、大事な話のある人がいます。

来室したときには、他の人への思いやりを忘れずに。



●保健室でできること できないこと●



・けがをした!・・・いつ、何をしていた、どうなって、けがをしたのか教えてくださいね。

とくに頭や目や口、顔をぶつけたときは、必ず保健室に様子を見せに来てください。

・からだがしんどい、やすみたい・・・熱を測ったり、体調を聞き取ったりしてから保健室と担任の先生とで相談して、授業に行ってみる、休養する、早退する、などの判断をします。

・きもちがしんどい、悩み事を聞いてほしい・・・「いじめ」や「トラブルにまきこまれて」といった緊急を要すること、命や健康に影響が出るような大きな事案にはすぐ対応します。
状況をできるだけ詳しく教えてくださいね。

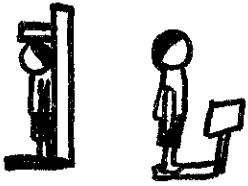
・おくすりがほしい・・・飲み薬は出せません。

頭痛や生理痛など家で使っているお薬がある人はカバンに入れておくと良いでしょう。
保護者のひとと相談してください。

●健康診断はとっても大切です●

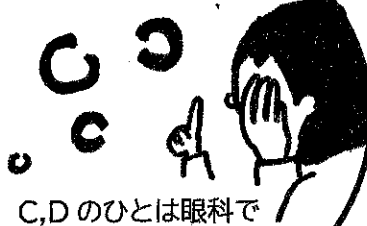
元気で楽しく安全に学校生活を送るための大切な健康診断です。事前に「けんこうしんだん」というおたよりが出ますので、よく読んで、準備をして受けましょう。

○身長・体重 4/9



成長のようすがわかります。
4月中旬に結果を渡します。

○視力 4/9



C, D のひとは眼科で
メガネなどの相談を！

■内科・結核 4/28 5/1

■運動器



宿泊行事や学校生活全般において
安心安全に参加するために大事！

■眼科 4/17 ■耳鼻科 4/30



目も耳も鼻ものども、学習活動に
かせません！

■歯科 6/18



食べる・話す・豊かな表情・・・
歯は一生とっても大事です。

■心電図 4/22

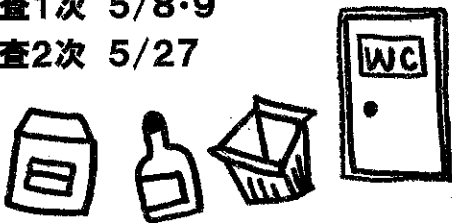
(1年生と対象者)



活動に制限なく参加できるか
心臓の状態をしらべます。

●尿検査1次 5/8・9

●尿検査2次 5/27



尿はからだの状態をおしえてくれるバロメータ。
必ず1次検尿で提出してね。

聴力検査1・3年生 4/9



聞き取りにくい音はないか
しらべます。

色の見え方検査
2学期(希望者)



病気ではなく、
色の見え方を知る
検査です。

*** 健康診断の注意 ***

- 検診中は、受ける人も、待つ人も静かにして、先生や担当医師の指示をよく聞きましょう。
- からだは、ひとりひとり違います。他の人の結果を見たり、比べたりする必要はありません。
- 検診の日程、注意事項・持ち物を確認してなるべく欠席や忘れ物のないように！



■■保護者の方へ・・・■■

学校検診は「スクリーニング」であり、診断ではありません。医療機関での検査や治療が必要の可能性がみとめられた場合には、受診の勧告書を出しています。
子どもたちの安全で健康な学校生活を守るため、なるべく早い受診と報告書の提出をお願いします。