



令和4年4月

大阪市立新東淀中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。いつの間にか寒い冬も終わり、あたたかな春の日差しでいっぱいです。新しい環境や友達との出会いにワクワク・ドキドキする季節がやってきました。1学期は保健行事が多くてあわただしいですが、先生からの連絡をしっかり聞いて検診を受けるようにしましょう。

「ほけんだより」でも、保健行事のことや、健康に関することについて毎月お知らせします。発行されたときはしっかり読んでくださいね。



4月の保健行事

11日（月）	身体測定・視力検査	19日（火）	尿検査1次
13日（水）	3年聴力検査	20日（水）	
14日（木）	3年耳鼻科検診	21日（木）	1年耳鼻科検診
15日（金）	1年聴力検査	22日（金）	
19日（火）	3年内科検診		1年内科検診



健康診断がはじまります

毎年4月から6月にかけて様々な検診・検査を行う健康診断が行われます。検診にあたり、最初に調査票等の保健関係書類をたくさん配付しております。どれも検診の際に必要な書類ですので、4月13日（水）までに必ずご提出いただきますようお願いいたします。

また、保健室連絡封筒は個人のお知らせを配付するときなどに使用します。3年間使用しますので大切に取り扱ってください。

《保健関係書類》

1年

(スポーツ振興センター加入同意書・心臓検診調査票・保健調査票・運動器検診保健調査票・結核健康診断調査票)

2・3年

(保健調査票・運動器検診保健調査票・結核健康診断調査票)

※提出期限は4月13日（水）です。期限厳守でお願いします。

令和4年度 学校医の先生を紹介します

- 内科医
- 歯科医
- 眼科医
- 耳鼻咽喉科医
- 薬剤師

宇野	太平	先生
いのうえ	たへい	
井上	隆史	先生
たかし		
高木	敬之	先生
たかゆき		
馬場	昭夫	先生
ばば	あきお	
井上	眞由美	先生
いのうえ	まゆみ	

検診等でお世話になる先生方です。
みなさんの体に異常がないか診てくださるので、きちんと検診を受ける
ようにしましょう。





保健室ってどんなところ？

保健室はみんながいつも元気でいられるように健康のお手伝いをするところです。

《 応急処置について 》

保健室で行う応急処置は学校の活動中に起こったケガや体調不良で医療機関を受診するまで、または受診する必要のない範囲の手当てです。何日も継続してケガや体調不良の処置はできません。また、保健室を利用する場合は必ず職員室へ行って、学年の先生に声をかけ「保健室 入室記録」の紙をもらってから来るようにしましょう。



《 薬について 》

飲み薬は体質に合わないことがあるので渡していません。いつも飲んでいる薬がある人はもしもの時に備えて自分で薬を用意しておきましょう。

消毒液やぬり薬など応急処置用の薬品は使用しています。



《 保健室の入室について 》

保健室に入室するときは、ノックをして、学年・クラス・名前と症状をはっきり伝えてください。また、大勢で来ても対応できません。1人で来るか、付きそいの人と2人で来てください。

《 健康相談について 》

からだに関すること、心の悩みなど気になることがあればいつでも相談しに来てください。ひとりで悩んでいるよりも、誰かに話すことで気持ちが楽になったり悩みが解消されることもあります。解決に向けて一緒に考えましょう！



日々の体調管理について

- 毎朝体温を測り、健康観察票に記入してください。
- 感染症の拡大を防ぐため、かぜ症状や熱のある時、朝から体調の悪いときは無理をせずに休むようしてください。
 - ・発熱、咳などのかぜ症状が見られる場合。
 - ・発熱（体温が平熱より1度程度より高い場合等）、咳・のどの痛み・鼻水・息苦しさ・だるさ・頭痛・下痢などの症状がある場合や、におい・味がしない等平常と異なる体調の場合 等
- 規則正しい生活を送り基本的な感染症予防をこころがけましょう。

新東淀中学校のみなさんへ

こんにちは、保健室の森脇 彩香です。

中学生はこころもからだも大きく成長する時期です。

みんなが毎日心身ともに健康な学校生活を送れるようサポートするので何か困ったことや相談があればいつでも保健室へ来てくださいね。

