

# ほけんだより 4月号

2022. 4. 8  
国府中学校 保健室

学校保健目標：たくましく「生きる力」を育むための健康的な生活習慣の確立

1年生のみなさん、国府中学校へようこそ。入学、おめでとうございます！2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。さて、新しいクラスでの1年間がスタートします。新しい環境や人間関係は、自分が感じる以上に心身に疲れがたまっています。元気で楽しく学校生活が送れるように、まずは生活リズムから気をつけていきましょうね。



保健行事や健康に関する様々な情報をお届けします！

養護教諭の清水和佳奈です。本校2年目です。困ったことや悩みがあれば、いつでもお話にきてくださいね。保健室からみなさんを全力サポートしますので、1年間よろしくお祈いします。今年の目標…生徒全員の名前と顔を覚えること！

## 保健室の利用について



### 保健室はどんなときに使えるの？

病気の時、けがをしたときはもちろん、気持ちを落ち着かせたいとき、相談したいことがあるとき、身長や体重を測りたいとき、置いてある本を読みたいとき、委員会の仕事をするときなど、いつでも、誰でも、利用することができます。入室時の挨拶や礼儀、時間や保健室でのルールを守って利用しましょう。

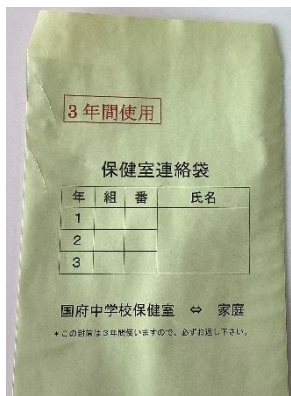
### 保健室を利用するときはどうしたらいいの？

保健室を利用するときは、授業の先生や学年の先生に申し出て、『保健室連絡票』（各教室にあります）に記入していただき、一度職員室に寄って、自分の体調を学年の先生に伝えてから保健室へ来ましょう。（緊急時を除く）

### 保健室でのルールは？

- ・保健室で休養できるのは原則1時間です。それでも体調が回復しない場合は、担任・学年の先生等と相談し早退の対応をとります。
- ・具合が悪くて休んでいる人もいますので、保健室では静かに過ごしましょう。
- ・保健室のけがの処置は応急処置のみです。（病院受診が必要だと判断した場合、すぐに保護者に連絡をします。また、首から上のけがは保護者に連絡をして病院受診を勧めます。）
- ・保健室に内服薬はありません。片頭痛など、持病がある生徒は各自で持ってくるようにしてください。

# お知らせ ①保健関係提出書類について



←中学校3年間使う封筒です。大切に保管、返却してください。

<4月に配布しているもの>

- ①日本スポーツ振興センター加入同意書 (※新1年生のみ)
- ②心臓病調査票 (※新1年生のみ)
- ③色覚検査希望調査票 (※新1年生のみ)
- ④保健調査票
- ⑤整形外科問診票

・・・全てまとめて、4/15 (金) までに学校へ提出してください。

# お知らせ ②健康診断の日程について

項目	対象者	日付	時間	注意点
身長・体重・視力	全員	4/14 (木)	5校時	体操服で行います。眼鏡を持っている生徒は持ってきてきましょう。
聴力検査	3年生	4/22 (金)	昼休み	
	1年生	4/22 (金)	放課後	
心電図検査	1年生	5/18 (水)	8:30~	体操服で行います。
尿検査	全員	4/13 (水)	朝提出	生理中の方は3日間の中で調整するか、2次検査で提出しましょう。 2次検査：5/26~27
		4/15 (金)		
内科検診	全員	※感染症の影響で、2学期に行う予定です。		
眼科検診	全員	4/20 (水)	13:30~	
歯科検診	1年生	4/21 (木)	13:30~	給食後に行うため、必ず歯をみがきましょう。前後約1週間で「歯みがき週間」を実施します。歯ブラシセットを用意しておきましょう。
	2年生	5/26 (木)		
	3年生	6/9 (木)		
耳鼻科検診	1年生・2年1・2組	4/26 (火)	14:30~	耳掃除は、耳の入り口をぬぐう程度でよいです。
	2年3~5組・3年生	6/14 (火)		
色覚検査	1年生 希望者	後日決定		希望調査の紙を配付します。

# お知らせ ③学校医・学校薬剤師について



- 学校医 (内科) : 重光俊範 Dr. (山口博愛病院)  
 (眼科) : 木村浩 Dr. (木村眼科)  
 (耳鼻科) : 阿部慶一 Dr. (防府耳鼻咽喉科医院)  
 学校歯科医 : 田中一成 Dr. (ハート歯科クリニック)  
 学校薬剤師 : 福田祥子先生 (いくも薬局)

健康診断や、学校保健委員会、感染症対策、学校の衛生検査などで1年間お世話になります！