

# ほけんだより



入学・進級おめでとうございます。

新しい学年がスタートしました。皆さんはどんな1年にしたいですか？新たな気持ちで、やる気に満ちあふれている事と思います。素敵な一年にしましょう。4月は環境の変化に加え、行事も多いです。気づかぬうちに疲れは溜まっているものです。短くても一息付ける時間を大切にしましょう。

令和6年度  
第1号

三和中学校  
保健室

## 健康診断が始まります！！

健康診断では、体の成長や病気がないか調べます。勉強や部活動を頑張ったり、楽しく毎日をごしたりするためには、元気な身体がなくてははいけません。身長がどのくらい伸びたか、治療が必要などがないかなど、自分の身体に関心に向けましょう。

検診の中には、その日しか行えないものもあります。なるべく欠席しないように、体調管理にも気をつけましょう。

### ○校医の先生の紹介

内科	酒井 健太郎 先生 (酒井医院)	内科	嶋田 菜々子 先生 (塚原医院)
歯科	斉藤 英雄 先生 (さいとう歯科)	眼科	中村 悦子 先生 (なかむら眼科)
薬剤師	知木 優香 先生 (知木薬局)		

### 【1学期に行われる健康診断の日程】

月日	曜日	対象	検査内容	時間
4/9	火	2年	身長・体重測定、視力検査	3・4校時
4/10	水	1年	身長・体重測定、視力・聴力検査	2・3校時
4/12	金	3年	身長・体重測定、視力・聴力検査	1・2校時
4/23	火	全学年	尿検査一次検査①	9:00までに提出
4/25	木	1年生	心臓病検診	13:20~
5/9	木	1年1組~2年2組	歯科検診 (学校歯科医: 斉藤先生)	8:35~
5/15	水	未提出者	尿検査一次検査②	9:00までに提出
5/23	木	2年3組~3年3組	歯科検診 (学校歯科医: 斉藤先生)	8:35~
5/28	火	男子	内科検診 (学校医: 酒井先生)	13:30~
5/29	水	女子	内科検診 (学校医: 嶋田先生)	13:30~
6/6	木	対象者	心臓病検診二次検査	後日お知らせ
6/7	金	二次対象者・未提出者	尿検査二次検査①	9:00までに提出
6/13	木	全学年	眼科検診 (学校眼科医: 中村先生)	13:30~
6/20	木	未提出者	尿検査二次検査②	9:00までに提出

### ○おうちのかたへ

#### ◆保健関係書類の提出について

健康診断を行うにあたって、保健関係の書類の提出があります。お子様の健康状態を知る、大切な手がかりになるものですから、必ず期限までにご提出をお願いいたします。



□保健調査票…学校では、お子様が充実した学校生活を送れるように、学校医・学校歯科医による健康診断を実施しています。つきましては、健康診断時の参考にさせていただくために、あらかじめ普段の身体の調子やかかりやすい病気などについて保健調査を実施しております。ご記入をよろしくご願ひいたします。お子様の健康上、学校で特に注意してほしいことがありましたら、『3』の欄に具体的にご記入ください。

□心臓病検診調査票 (1年生のみ)

□独立行政法人

日本スポーツ振興センター加入同意書 (1年生のみ)

#### ◆独立行政法人 日本スポーツ振興センターについて

全生徒に加入していただいているこの制度は、学校管理下 (登下校中・授業中・休み時間・部活動・校外学習等) における災害で、医療機関にかかった際に支払われる災害給付制度です。初診から治癒までの療養に要する費用が、保険証を使用して3割負担をしていただいたとき、1500円以上かかった場合に該当します。該当している場合は、マル福・マル古を使用せず、センターの災害給付金を優先してください。

学校管理下で発生した災害で、病院を受診する場合は早めにご連絡ください。学校から書類をお渡しますので、医療機関で記入していただき、学校へ提出してください。学校からセンターへ申請後、給付金が給付されます。医療費の支給は、初診から最長10年おこなわれます。災害給付を受ける権利は、給付に関する事柄が生じた日から2年間行わないときは時効によって消滅します。

その他、給付に関する取り決めがありますので、不明な点は担当: 田村 (養護教諭) までご連絡をお願いします。

**4月16日 (火) 締切りです。**

配付・回収用の封筒に入れて  
提出してください。

# ほけんだより

## 保健室について

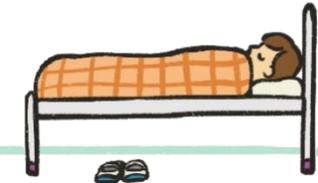
特別号

こんにちは。保健室の田村莉奈です。

保健室は、皆さんが健康で楽しく学校生活が送れるように設けられています。自分の健康状態はどうかを調べたり、からだや心の健康に関する問題を発見したり、皆さんと一緒に考えていく場です。また、一度にたくさんの人が利用することもあります。保健室を必要としている人全員が、心から休まるような安心できる場所にしたいですね。そこで、次のルールとマナーを守るよう、協力してください。



保健室では、静かに休養しましょう。



### 1. 保健室で行う手当は、その日、学校で起きたけがや病気が対象です。

- ◆ 保健室は病院ではないので、内服薬をあげたり、家庭でのけがや継続的な手当をしたりできません。

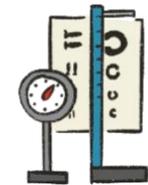


### 2. 保健室の利用は、休み時間に、学年の先生か授業担当の先生に申し出てから来てください。

- ◆ 緊急の場合を除いて、保健室は休み時間に利用し、授業に支障がでないようにしましょう。
- ◆ 病気やけがで保健室を利用するときは、学年の先生または授業の先生に申し出てから、利用してください。皆さんの所在が分からないと、先生たちは心配してしまいます。

### 3. 保健室のベッドや物品を無断で使用しないでください。

- ◆ 保健室は、病院や薬局ではありません。「湿布をください」「ばんそうこうをください」はやめましょう。まず、自分の体の様子や状況を教えてください。
- ◆ 保健室には、使い方を間違えると危険な器具や薬品、その他大切な書類などがたくさんあります。先生の机上の物、器具や薬品には触らないようにお願いします。使いたい物があるときは、一声かけてください。



身長や体重を測ることも出来ます  
一声かけてください♪

### 4. 学校でけがをして病院にかかったときは、連絡をお願いします。

- ◆ 学校でけがをして（登下校中や部活動中のけがも含まれます）病院を受診した場合は、速やかに、学年の先生と保健室へ連絡してください。部活動中のけが（休日も含む）については、部活動顧問の先生へ連絡してください。日本スポーツ振興センター（災害給付制度）の対象になるかどうかを確認します



### 5. 自分のところやからだのことで、相談がある人は遠慮なく来てください

- ◆ 中学生は、ところとからだが大きく変化する時期です。落ち込んだり悩んだり、訳もなくモヤモヤすることもあるかもしれません。そんなときは、一人で抱えず、何でも気軽に話してください。保健室には、けがや病気以外にも、悩み相談で利用する人も多くいますので、遠慮なく来てくださいね。



「こんなことで…」と思わず、何でも話してください♪ただの愚痴でも、雑談でも大丈夫!