

ほけんだより 4月号

平成29年4月6日 厚木市立林中学校 保健室

いよいよ新年度が始まりました。
みなさんは新学期をどのような気持ちで迎えていますか？

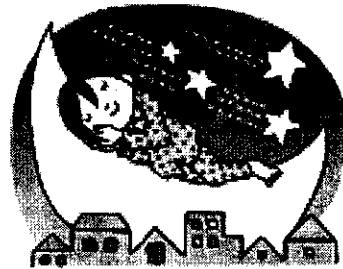
今の新鮮な気持ちを大切に、元気に、楽しく学校生活を送りましょう。



◆◆◆保護者の方へ◆◆◆

お子様が学校生活を楽しく、また有意義に過ごすためには、毎日の健康状態がととても大切です。

特に、新学期の4～5月は慣れないクラスで緊張し、毎日があわただしく、思っている以上にからだも心も疲れます。そのため、家庭でリラックスする時間や睡眠時間がとても大切になります。

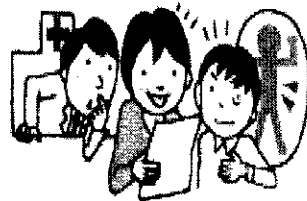


睡眠や食事等生活の状況のほか、普段と何か違う様子はないかについても、日々の観察をお願いいたします。もしお気づきのことがありましたら、生活ノート等を利用し、学校にお知らせください。

保健室では、生徒が有意義な学校生活を送ることができるよう、支援したいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

◆◆◆健康診断の結果について◆◆◆

学校医と相談の上、治療や相談が必要なものについて保護者に通知します。学校で行う健康診断はスクリーニング(潜在した疾病を早期に発見するための技法)であるため、明らかに異常があるもののほか、疑わしいもの、きちんと調べた方がよいものなども抽出していきます。このため、学校検診の結果を受けて、病院を受診した際「異常なし」「様子を見てよい」等といった結果になることもありますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



平成29年度 健康診断日程・ほけんに関する提出物など

	項目	対象	備考	
5日(水)	新しい 保健調査票 回収	全学年	今年度新しくなった「保健調査票(白)」と食物アレルギー調査票(青)」を提出してください。昨年度までの「保健調査票(白)」と「結核健康診断予診(緑)」は回収しません。1年生は新入生保護者説明会で配布。2,3年生は年度末に配布済みです。	
	食物アレルギー調査票 回収			
	心臓病調査票 配布	1年生	身長・体重の記入漏れが多いです。だいたいの値で良いので記入漏れのないようにしてください。	
6日(木)	身体測定前日指導	全学年	うわばき等に記名。身長測定しやすい髪形(後頭部・頭頂部で結わかない)。	
7日(金)	身体測定・視力・聴力検査	3年生	・めがね、コンタクトレンズを忘れないように！ ・ジャージ・うわばき等に記名	
	身体測定・視力検査	2年生	・身長測定しやすい髪形(後頭部・頭頂部で結わかない)	
	身体測定・視力・聴力検査	1年生	・健康診断対象の学年・組・出席番号・氏名を記入 ・服装は当日学校に提出！持って帰らない事	
	心臓病調査票回収	1年生	身長・体重の記入漏れが多いです。だいたいの値で良いので記入漏れのないようにしてください。	
4月	保健委員事前指導	各学年2名	保健委員または準する者各学年2名	
	尿検査物品の配布・前日指導	全学年	尿検査の道具はトイレに置いて忘れないように！	
	尿検査回収	全学年	当日の起床時に採尿→登校後すぐに回収します。欠席時は検体が9:00までに学校に届けば間に合います。	
	歯科検診前日指導	全学年	明日の朝、歯磨きは念入りに！	
20日(木)	歯科検診1→2→3年の順 ※1-1から開始	全学年	3年生は昼休みに歯磨き！歯ブラシ用意！	
24日(月)	尿検査2次物品の配布	2次対象者 未提出者	対象者と提出方法を確認	
	尿検査2次回収	2次対象者 未提出者	2次対象者は各自、直接保健室へ提出	
	耳鼻科検診前日指導	1年生	耳のお掃除(やさしく)をしておきましょう。	
26日(木)	耳鼻科検診	1年生	出席番号順に受けます。検診の流れを頭に入れておこう！	
5月	1日(月)	心臓病検診前日指導	1年生	うわばき等に記名・着脱のしやすい下着。
	2日(火)	心臓病検診	1年生 2年一部	検査前は静かに過ごしましょう。 男子：会議室・女子：被服室
		内科検診事前指導	女子	適した下着について説明します。準備をお願いします。
31日(水)	内科検診前日指導	3年生 2-1,2-2	女子は服装の準備	
6月	1日(木)	内科検診	3年生 2-1,2-2	検診の流れを頭に入れておこう！
	2日(金)	心臓病精密検査 レントゲン	精検対象	授業中抜けて実施・対象者には事前に通知文配布
	7日(水)	内科検診前日指導	1年生 2-3	女子は服装の準備
	8日(木)	内科検診	1年生 2-3	検診の流れを頭に入れておこう！
	12日(月)	心臓病精密検査 診察	精検対象 14・15~	厳重指針 会場はアミューあつぎ(旧ハルコ) 対象者には事前に通知文配布
	14日(水)	眼科検診前日指導	全学年	コンタクトレンズはそのままで良いです。
15日(木)	眼科検診	全学年	出席番号順。メガネはとる・コンタクト可。	
?	結核検診精密検査	精検対象		

保健室の利用の仕方

普段はどんなに元気な人でも、中学校の3年間の中で一度くらいは保健室を利用することがあるのではないかと思います。

保健室は林中の皆さん一人一人のためにあると同時に、学校みんなのためにあります。みんなが使う場所だから、みんなが気持ち良く、必要な時に必要な人が使えるように、いろいろなルールやマナーがあります。

保健室利用のルールやマナーを覚え、上手に保健室を利用しましょう。

中学生のみなさんは、授業に出席することこそ一番に優先するべき事です。
今すぐでなくても大丈夫だな ということは、授業以外の時間に利用しましょう。

保健室の役割？

Q：飲み薬はありますか。

Q：シッフをとりかえて欲しいのだけど・・・

↓
学校の保健室は、**急病や急なケガをした時、応急処置をすることで**以後の**学校生活を続けること**が出来るようにするためにあります。この範囲以上の病気やけがの場合には**医療機関への受診や早退等の対応**をします。また、**必要な処置については基本的に先生が判断**します。

「どうしてこうなったのか。どうしたら治るのか。どうしたら予防できるのか。」を自分自身で考え、健康的な生活を実践できる人になりましょう。

↓
A：飲み薬はありません。
A：継続的な処置はできません。

出血しているときは

傷口をハンカチなどで

× おさえてみてください



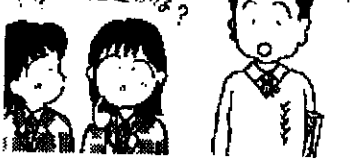
自分の血は自分で止まらな

みんなの保健室 機能と役割も正しく理解して...!!

<p>けがの応急手当や 具合が悪いときの一時休養に</p>	<p>自分の体や健康について 知りたい時・調べたい時</p>	<p>悩みをかかえている時に</p>
<p>先生にことわってから 利用しましょう</p>	<p>ベッドで休んでいる人もいます 静かに利用しましょう</p>	<p>保健室にあるものは ひと声かけから使いましょう</p>

誘拐疑惑勃発？

保健室かな？

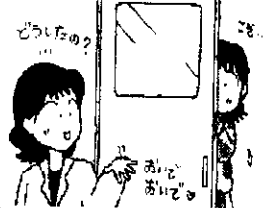


中学校は教科担任制です。保健室に行くときは教科の先生に申し出ること。

さらに、保健委員や同じクラスの子にも伝えておきましょう。集団と違う行動をするときは、自分の行く場所や目的を周囲に伝えておくことを習慣にしましょう。

保健室を利用したい時は、授業（教科）の先生に申し出ましょう。そして「保健室利用カード」を記入してもらい、それを持って保健室に行きます。休み時間は次の授業の先生に、部活動中は顧問の先生に申し出ます。

悩みごとがあるときは
保健室で話してみませんか？



放課後だとゆっくり聞けると思います。