

ほげたんたより4月号

平成30年4月9日

厚木市立睦合東中学校

入学・進級おめでとうございます。

新しい友達や先生に囲まれて、新学期がスタートしました。期待が膨らむ一方で、不安な気持ちもあると思います。でも、思い切って飛びこんでみてください。これから出会うたくさんの人や出来事は、みなさんを大きく成長をさせてくれます。



保健室にいます、中村です。
みなさんの心や体の健康面で手助けしていきます。
よろしくお願いします。

ケガをしたときは、「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度」があります

学校管理下（授業中、決められた通学路を通っての登下校、部活動など）でケガをした場合、医療費が支給されます。（ただし、交通事故などはのぞきます）1つのケガに関する合計が5,000円以上、保険適用で窓口支払いが1,500円以上のときです。

- ・学校管理下での受診には、原則として厚木市小児医療証は使用できません。
- ・医療証等を使用した場合も、見舞金のみ請求ができます。

*学校管理下で発生しました負傷で医療機関を受診された場合には、担任・部活顧問まで連絡してください。必要な書類をお渡しいたします。

*受診した次の月から2年間請求を行わなかった場合、給付が受けられなくなります。

4月の保健目標

健康診断をすすんで受けよう

今年お世話になる 学校医の先生方です

内科	丸山 先生	（丸山内科クリニック）
	日高 先生	（ひだかクリニック）
眼科	三宅 先生	（三宅眼科医院）
耳鼻咽喉科	小林 先生	（小林耳鼻咽喉科）
歯科	梅田 先生	（イソップ歯科クリニック）
	諏訪 先生	（すわ歯科）
学校薬剤師	曾根 先生	（たかたみ薬局）

春は眠い

改善ポイントは

“睡眠リズムを整える”

- 寝る前の光の刺激
（テレビ・スマートフォン）を控える
- 目覚めたら、太陽の光をたっぷり浴びる
- 朝食を決まった時間に食べる

春の全国交通安全週間 4月6日～15日

登下校では必ず、決められた通学路を守りましょう。車道を歩いたり、集団で道をふさいだり、大きな声を出したりして、地域の方に迷惑をかけないようにしましょう。

自転車の利用にも気をつけましょう。

厚木市では、幼児・小学生・中学生・高校生・高齢者用自転車ヘルメットの購入費用を助成します。

詳細は青いチラシをご覧ください。



健康診断が始まります。日程を確認してください

健康診断日程

【 4 月 】 ①②③は学年 その他は全学年

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
	尿検査は、忘れず 持ってきてください。		回収：保健調査票 食物アレルギー調査票	視力検査
	10	11	12	13
配付：尿検査の容器	尿検査 回収9:00 身体計測 聴力検査①③			配付： 耳鼻咽喉科調査票① 心臓病検査調査票①
16	17	18	19	20
回収： 耳鼻咽喉科調査票① 心臓病検査調査票①			内科、結核検診① 8:45～	配付：尿二次検査の容器
23	24	25	26	27
回収：尿二次検査日 (一次未提出者も) 内科、結核検診③-1.2 13:20～	内科、結核検診③-3.4 13:20～		耳鼻咽喉科検診① 10:30～	

【 5 月 】

月	火	水	木	金
7	8	9	10	11
心臓病検診① 13:20～		内科、結核検診③-5.6 13:20～	内科、結核検診②-1.4 8:45～	
14	15	16	17	18
		内科、結核検診②-5.6 13:20～		

【 6 月 】 *心臓病精密検査は該当者のみです

月	火	水	木	金
				1
				心臓病精密検査① (胸部X線) 15:00～
4	5	6	7	8
			歯科検診 8:45～	眼科検診 13:30～

*心臓病精密検査（診察）は6月15日（金）あつぎ市民交流プラザ6階で実施

各検査、検診の結果で専門医等の精密検査や治療、相談が必要な場合は「〇〇検査（検診）結果のお知らせ」をお渡しします。できるだけ早く、受診してください。今回、異常がない場合でも、7月の三者面談時には「定期健康診断のまとめ」を一人一人お渡しします。