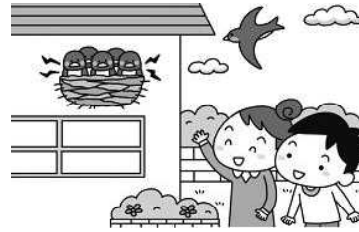


保健だより 新年度号



養護教諭の山本と盛です。1年生のみなさんはじめまして、2・3年生のみなさんはお久しぶりです。
保健室では、みなさんが元気に楽しく、充実した学校生活を送れるようにお手伝いします。
1年間よろしくお願いします。

☆保健室利用時の約束☆

保健室はみんなが使用するところです。ルールを守って使用しましょう。

<p>〈目的①〉けがをしたときの応急手当 保健室は応急処置をするところなので、持続的な治療はできません。その後の湿布・ばんそうこうの交換は各自で行ってください。</p> <p>〈目的②〉気分が悪くなったとき 様子を見て、少し休めば回復しそうなときは休養しましょう。休養時間は1時間まで、内服薬は出していません。</p> <p>〈目的③〉心配事・悩み事を相談したいとき 何でも話してみてください。一緒に解決方法を考えていきましょう。</p> <p>〈目的④〉体の状態・健康のことを知りたいとき 参考になる本・雑誌も常備しています。</p>	<p>〈ルール①〉先生にことわってから来る 必ず担任や教科の先生に伝えて来てください。 (緊急時は除く)。</p> <p>〈ルール②〉入退室時にあいさつをする 「失礼します」(※ドアが閉まっているときはノックする) 「失礼しました」を忘れずに</p> <p>〈ルール③〉室内では静かに 体調不良で来室している人、休んでいる人への思いやりをもちた行動をとりましょう。</p> <p>〈ルール④〉備品を勝手にさわらない 体温計や計測機器などを使うときは、必ずひと声かけてください。備品は大切に使ってください。</p>
--	--

☆健康診断日程予定表☆

検診日	検診項目	対象者
身体測定	5 / 27 (水)	全生徒
尿検査①	未定	全生徒
②		前回未提出者・再検査者
③		〃
心電図検査	未定	1年生
結核検診	6 / 25 (木)	1年生
内科検診①	6 / 26 (金)	105~107 203・204 301・302・305~308
②	7 / 9 (木)	101~103 201・202
③	7 / 16 (木)	104 205~207 303・304
眼科検診	7 / 10 (金)	1年生・2・3年生該当者
歯科検診①	6 / 4 (木)	103~105 201・202・206 307・308
②	6 / 11 (木)	106・107 207 301~304
③	6 / 18 (木)	101・102 203~205 305・306
耳鼻科検診①	6 / 4 (木)	101~104 2・3年生該当者
②	6 / 12 (金)	105~107



検診中は
静かにしよう

* 当面、新型コロナウイルス感染症対策として保健室の入り口を2カ所に分けています。
○内科的症狀 …北側出入口
○ケガ・書類の提出…南側出入口
相談など



内科：大頭先生・瀧先生
耳鼻科：高麗先生
眼科：大村先生
歯科：西條先生
薬剤師：後藤先生

検診中の
スマホ禁止
私語厳禁！

★新型コロナウイルス感染症対策の関係で日程が変更になる場合があります。

☆健康診断って何をやるの？☆

<p>〈内科検診〉 心臓の音や、呼吸の様子を調べます。背骨や胸などの骨が曲がっていないか、皮膚の病気にかかっているか、栄養状態についても調べます。</p>	<p>〈眼科検診〉 眼のまわり、まつ毛、まぶた、結膜、角膜などに病気の疑いがないかどうか調べます。</p>	
<p>〈歯科検診〉 虫歯の有無の他、歯並びやかみ合わせの様子、歯ぐきの腫れなどについても調べます。</p>	<p>〈耳鼻科検診〉 耳や鼻、のどに異常がないか調べます。 * 検査の前日には、鼻や耳の掃除をしておきましょう。</p>	
<p>〈尿検査〉 尿の色や成分(タンパクや糖、血液)を調べ、病気を早期発見します。 * 名前ラベルは、採尿した後容器に貼るようにしましょう。</p>	<p>〈結核検診〉 「結核」というと昔の病気というイメージがありますが、今でも日本で最大の感染症です。 * 刺繍・ボタンなどついていない無地のTシャツや下着の準備</p>	<p>〈心電図検査〉 心臓の中で起こっているかすかな電気の変化をグラフ形で記録し、心臓の動きや様子におかしなところがないか調べます。 * 力を入れると正確な検査ができないので、体の力を抜く</p>

☆朝の検温・健康調査のお願い☆

新型コロナウイルス感染症が全国的に広がり、私たちも「感染しない」「広げない」を心がけ、毎日、朝の検温と健康観察を実施します。

〈方法〉

- ①登校前に自宅で検温する。
- ②朝のSHRで各自「健康観察表」の記入。(体温・体調等)
* 家庭で検温を忘れた生徒については、教室で検温します。
- ③体調不良など気になる事項があった場合は、SHR後すぐ担任へ申し出る。

ご協力よろしくお願いします！



自分の健康は自分で守る。
そのためにしっかり健康診断を受け、体の状態を知っておこう。