ほけんだより 4月

２０２１年4月１３日

小川南中学校
保健室発行

ご進級，ご入学おめでとうございます。７６名の新１年生が入学し，新しい小川南中学校の１年がスタートしました。今年もみんなで様々な事に挑戦し，飛躍の年にしていきましょう。皆さんの頑張りを心から応援しています。

4月の保健安全目標

・自分の健康状態を知ろう　　・安全な登下校をしよう

☆★健康診断スケジュール★☆

月　日	検査項目	対象学年	備　考
4月　7日（水）	体位測定・視力・聴力	3年	・体操服で測定します。 ・眼鏡使用者は持参してください。
4月　7日（水）	体位測定・視力	2年	
4月　9日（金）	体位測定・視力・聴力	1年	
4月20日（火）	尿検査一次　①	全生徒	・生理中の女子は5/13，5/27，6/2に提出してください。 ・二次検査の必要の人は通知しますので必ず提出してください。
5月13日（木）	尿検査一次　②	未実施者	
5月27日（木）	尿検査二次　①	対象者 未実施者	
6月　2日（水）	尿検査二次　②		
4月14日（水）	内科検診	3年，2-1	体操服で受診します。
4月21日（水）		1年，2-2	
4月23日（金）	歯科検診	3年，2-1	朝歯みがきをていねいにしてきてください。
5月14日（金）		1年，2-2	
5月17日（月）	心臓検診	1年	体操服で受診します。

健康診断の結果，治療や精密検査が必要な人には個人的に通知しますので，できるだけ早く医療機関で受診してください。そしてその結果は学校へお知らせください。

～お世話になる学校三師の先生方～

学校医　　諸岡　信裕先生（小川南病院）
学校歯科医　　小塙　衛先生（小塙歯科医院）
学校薬剤師　　田原　敏和先生（小美玉医療センター）

みなさんの健康診断や，学校の環境の検査などをしてくださる先生方です。

みんなの健康のお手伝い・・・保健室

本校の保健室は「誰でも，いつでも，気持ちよく利用できる保健室」を目指しています。けがをしたとき，具合が悪いとき，心配事や相談があるとき，ルールを守って上手に利用してください。相談をしたいときは時間を決めてお話ししましょう。保健室は皆さんのことをいつでもサポートします。

あいさつを忘れずに

入退室時はノックやあいさつをしましょう。

ケガをしたら、これだけは

傷口に砂などの汚れがついている場合は水道で洗ってから、血がたくさん出ている場合はハンカチなどで傷口を押さえながら、保健室へ来てください。

保健室を利用するときは，担当の先生に話をして，「健康状況連絡票」をもらってくるようにしましょう。

さわがない

大きな声を出したりさわいだりするのはやめてください。体調が悪くて休んでいる人がつらい思いをしないように、配慮をお願いします。

継続的な処置はNG

休みの間のケガや、前にケガをしたところのガーゼの貼り替えなどは、お家でしてきてください。保健室で行うのは、応急手当だけです。

よろしくお願いいたします！

養護教諭の川田杏子です。みなさんが，『**心**』も『**体**』も健康で，楽しく充実した学校生活を送ることができるよう，保健室からサポートしていきたいと思います。よろしくお願いいたします。

給食後の歯みがきについて

本校では給食後の歯みがきを全校生徒で取り組んでいます。小中学校で習慣化した給食後の歯みがきを，生涯自ら継続できるようにするためです。歯周病やむし歯の予防には，歯みがきを継続することが一番です。ぜひ，今年度も継続していきましょう。「歯ブラシ」「コップ」「歯磨き粉」を学校に持ってきておいてください。また，歯ブラシは常に毛先がまっすぐなものを使えるよう，時々交換しましょう。

学校生活の中でケガをしたら、災害給付金を受け取れます

授業中・部活動中・休憩時間・放課後・登下校中・部活の対外試合などの学校生活の中でケガをして病院を受診された場合、日本スポーツ振興センターから災害給付金を受け取ることができます。対象になるケガをされたときは、担任、部活顧問、または養護教諭にお問い合わせください。

総医療費が 5,000 円（自己負担３割の場合、窓口支払いが1,500円）以上が対象です。