

ほけんだより



2024年4月8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。78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。今年もみんなでさまざまなことに挑戦し、飛躍の年にしていきたいと思います。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

健康診断が始まります！



月 日	検査項目	対象学年	備 考
4月 9日 (火)	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 9日 (火)	体位測定・視力	2年	
4月11日 (木)	体位測定・視力・聴力	1年	
4月18日 (木)	尿検査一次 ①	全生徒	・生理中の女子は5/1、5/30、6/11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 1日 (水)	尿検査一次 ②	未実施者	
5月30日 (木)	尿検査二次 ①	対象者	
6月11日 (火)	尿検査二次 ②	未実施者	
5月24日 (金)	歯科検診	3年、2年	朝歯みがきをていねいにしてきてください。
5月31日 (金)		1年	
4月17日 (水)	内科検診	3年、2年	・体操服で受診します。 ・正確な検査・診察のため、必要に応じて、医師が、体操服・下着等をめくって視触診したり、体操服・下着等の下から聴診器を入れたりする場合があります。
4月24日 (水)		1年	
4月22日 (月)	心臓検診	1年	・体操服で受診します。 ・フェイスタオルを1枚持参してください。

※ 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。

※ 特別な配慮が必要な場合には、学級担任を通してお知らせください。

～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 小高 衛先生 (小高歯科医院)
 学校薬剤師 田原 敏和先生 (水戸中央病院)



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、体調が悪いとき、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。

〇年×組の△△です

ありがとうございました

失礼します



失礼しました

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、「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、お家でできてください。保健室で行うのは、応急手当だけです。



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うよう、時々交換しましょう。



学校生活の中でけがをしたら、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けが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。対象になるけがをされたときには、担任、部活動顧問、または養護助教諭にお問い合わせください。

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

