

ほけんだより

4月

R6. 4. 8

おくの義務教育学校南校舎 保健室

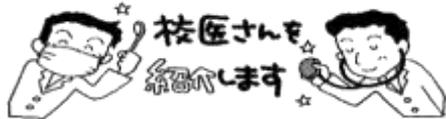
今月の保健目標

- 健康診断を受け、自分の健康状態を確認しよう
- 登下校の安全を心がけよう

新年度がはじまりました。ご進級おめでとうございます。期待やわくわくの一方、初めてのこと、覚えることが多くて慌ただしい日々になります。なるべく早く、今の環境にあった生活リズムを整えてください。よく食べて、よく寝て…自分のペースを見つけてみましょう。

*** 保健管理について～ご協力お願いします～***

- 欠席や遅刻をする場合には、保護者の方が直接学校へ連絡をお願いします。連絡がない場合には、保護者の方の職場や携帯電話に確認の連絡をさせていただきますので、ご了承ください。
- 学校でのけが等で、受診が必要と判断した場合には、保護者の方に連絡し、受診をお願いしていますが、連絡が取れない場合はタクシーや救急車で受診します。その場合は、かかりつけ医ではなく、受け入れ可能な医療機関を受診することになります。
- 保健室での処置は、原則として洗浄後、消毒薬や絆創膏等を使用しています。捻挫や打撲等には冷却を中心に、氷のうや保冷剤、冷シップ等で対応しています。帰宅後、痛みや腫れ等悪化が見られる場合には医療機関の受診をお願いします。消毒薬やシップ等にアレルギーがある、かぶれやすいなど、使用を望まない場合には保健室へお知らせください。また、飲み薬等内服薬は保健室には置いてありません。
- 早退する場合には、体調の急変や下校中の事故防止のため、お迎えをお願いしています。保護者の方の携帯電話や職場へ連絡する場合がありますので、ご了承ください。必ず連絡の取れる連絡先をお知らせください。
- 熱中症やかぜ予防のため、年間を通して水筒の持参をお勧めしています。中身については、水やお茶を基本とし、スポーツドリンク（熱中症予防）など、気温や体調に合わせて準備等ご協力をお願いします。



- 〈学校医〉 久野 越史先生（岡見第一医院）
- 〈学校歯科医〉 河地 誉先生（牛久愛和総合病院）
- 〈学校薬剤師〉 近藤恵都子先生（まりも薬局）
- * 健康診断や環境衛生検査等でお世話になります。
- * 検診や検査では元気に挨拶ができるといいですね。

保健室からこんにちは。

保健室では、学校での毎日を明るく元気いっぱいにご過ごせるお手伝いをしたいと思っています。けがや病気的时候はもちろん、心やからだの悩み、困っていることなどがあたらささいなことでも気軽に声をかけてください。今年度、どうぞよろしくをお願いします。



保健室のお約束

- 担任の先生、授業の先生にことわってから来るようにしてください。
- ベッドで休んでいる人もいますので、室内では静かにしてください。
- 室内のものを使うときは、ひと声かけてから使うようにしてください。



※ 冷蔵庫には、救急処置に必要なものも入っているので、絶対に勝手にあけないでください。

健康診断の予定

健康診断が始まります。学校では、学校生活を送るに当たって支障があるかどうかについて疾病をスクリーニング（ふるい分け）し、健康状態を把握するという役割と、学校における健康課題を明らかにして健康教育に役立てるという大きく2つの役割があります。

1. 健康診断の目標

- ① 自分の発育や健康状態について把握しましょう。
- ② お知らせが配られたら、内容を確認して、受診が必要な場合は早めに専門機関での精密検査、診察を受けてください。
- ③ 受診したら学校へ報告をお願いします。すでに受信済み、治療を継続している場合には、その旨を記入して提出してください。

2. 予定

期 日	項 目	対象学年	準備物など
4月11日(木)	身体計測  視力検査	5～9年生	*ジャージ 上下・半袖体操服 * <u>めがね・コンタクト</u> を忘れないように。 *5・6年生は裸眼視力も測ります。
	聴力検査	5・7・9年生	*耳垢を取っておく
6月3日(月)	心電図検査	7年生	*ジャージ 上衣・ハーフパンツ
4月24日(水)	歯科検診 	5～9年生	*朝の歯磨きをしてくる
5月28日(火) 予備日5月30日(木)	尿検査	5～9年生	*起きてすぐの尿をとる *忘れたら保健室に相談する
5月16日(木)	内科検診	5～9年生	*ジャージ 上衣