



令和4年4月6日 銚田市立旭中学校 保健室

ご入学・ご進級 おめでとうございます

チューリップの花言葉は「思いやり」。「思い」は目に見えないけれど、言葉や行動にすることで「思いやり」は伝わります。新しいクラスでも、みんなが相手を思いやれるといいですね。

保健室ではみなさんが健康な生活を送るためのお手伝い役としてさまざまなことをお伝えしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

4月の保健・安全目標	
保健目標……	健康診断を正しく受けよう
安全目標……	登下校の安全に気を付けよう

健康診断が始まります
4月の予定

これからの1年間を健康に過ごすために、からだの発育状態や病気、異常がないかどうかを検査します。治療や再検査が必要と診断された場合は、病院受診をおすすめする手紙をお渡しします。その時は早めに病院で受診しましょう。健康診断は自分の体を知る絶好のチャンスです。
※ **休まずに受けるようにしましょう。**

健診内容	対象学年	検査日	担当医・準備する物等
体位測定 視力検査 聴力検査	全学年	4月 8日(金)	<ul style="list-style-type: none"> 体操服(半袖・短パン) 眼鏡, コンタクト(使用している場合) 髪の長い人は頭頂部でしぼらない。(身長測定の際、誤差を生じないようにするため。)
内科検診	3年生 2年1組	4月20日(水)	<ul style="list-style-type: none"> 学校医 保健調査票 爪を切っておく。 ジャージを忘れずに持ってくる。
	2年2・3組 1年生	4月27日(水)	
心電図 検査	1年生	4月25日(月)	<ul style="list-style-type: none"> 検査機関…大野診療所 心電図問診表

※健康診断に際し、保護者の方に記入していただく用紙や提出物があります。提出期限をご確認の上、記入もれのないようにご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症拡大防止について

学校においても毎朝の健康観察、手洗い・うがい・手指消毒の徹底、教室内の換気、配席の工夫、多くの生徒が手を触れる箇所の消毒など、感染症拡大防止対策の強化を引き続き行っていきます。ご家庭でもお子様の健康状態の把握ならびに感染症予防の指導について、よろしくお願いたします。

○**毎日の検温及びリバーへの登録をお願いいたします。**発熱、咳、のどの痛み等の風邪の症状がある場合は自宅での休養してください。同居の家族に風邪の症状がある場合は、風邪症状の改善まで登校を控えてください。出席停止扱いとなります。

○免疫力を高めるため、十分な睡眠、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけるようにしてください。

○手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染症対策を徹底するようお願いいたします。

学校医の先生をご紹介します

学校医	坏 正紀 先生 (縦山診療所)
学校歯科医	皆藤 知威 先生 (カイトウ歯科医院)
学校薬剤師	蔦谷 真澄 先生 (ほこた薬局)

保健室での対応について

保健室でのけがの手当てはあくまでも応急処置です。継続的な治療につきましては、医療機関やご家庭でお願いします。体調がよくない時は休養させて様子を見ます。熱があったり、1時間休養してもつらそうな場合は家庭へ連絡をしますのでよろしくお願いいたします。また、お子様のことで何か心配なこと、不安なことなどがありましたらいつでもご相談ください。

ほけんしつ 保健室の 勢子 夏美 です

【クイズ】体のどことどこが一緒？

同じ大きさの物を線で結ぼう

心臓	十二指腸	消化管
指12本	身長5倍	にぎりこぶし

体の中には、栄養を取り込む「消化」担当の内臓や、酸素を取り込む「呼吸」担当、尿や便を外に出す「排泄」担当の内臓などが詰まっています。内科検診や尿検査はこの内臓たちが元気に働いているかを確認する機会です。興味をもって受けてくださいね。

答：心臓の大きさは、にぎりこぶしと同じくらいです
体の中には身長5倍の長さの消化管(食道・胃・腸)が通っています
小腸の入り口には、指を横に12本並べた長さの十二指腸があります