



入学・進学おめでとうございます！

新しい教室、新しい先生、新しい環境にワクワク・ドキドキしている人も多いと思います。新年度は、新たな気持ちで「頑張ろう！」と思える時でもあります。こんな時こそ、自分のペースで新しい生活をスタートさせてください。保健室でも、みなさんが元気に学校生活を送れるように、サポートしていきます。

4月の保健目標
健康診断を通して、
自分の体の健康を考
えよう。

みんなの保健室 ルールやマナーを守って 利用しましょう

<p>ケガの応急手当や 具合が悪い時の一時休養に</p>	<p>体や心の健康について 知りたい時・調べたい時</p>	<p>悩みを抱えている時</p>
<p>できるかぎり先生に 断ってから利用します</p> <p>おなかいい</p>	<p>他の人の迷惑にならない ように 静かに入ります</p> <p>そ〜。</p>	<p>保健室にあるものは 一声かけてから使います</p> <p>はかし 手〜す</p>

健康診断・はじまります

健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンス
事前のお知らせをよく読んで
積極的に受けましょう



4/10(水)	身体計測 視力検査	全生徒
終了しま した！！	聴力検査	1・3年生
4/22(月)	心電図検査	1年生
5/9(木)	内科検診	全生徒
5/15(水)	歯科検診	全生徒
5/16・17	尿検査	全生徒

4月～6月にかけて、毎年行っている定期健康診断がはじまります。毎年、何気なく受けているかも知れませんが、実は目的があって行っています。ぜひ、この機会に自分自身の体や健康について考えるきっかけにしてみてください。100人いたら100人違うように、成長にも個人差があります。友だちと比べる必要はありません。比べるのなら去年の自分と比べてみましょう！去年とどのくらい成長したのか楽しみですネ♪

※**保健調査票、結核検診問診票、心臓病調査票(1年生のみ配布)**は、**4月17日(水)**までに提出をお願いします！

* 保護者の皆様へ *

- 保健関係の書類について (保健調査票・結核問診票・心臓病調査票)
普段のお子様の健康状態について、一緒に話しながら正確にご記入ください。※心臓病調査票(1年生のみ)
- 日本スポーツ振興センター給付金の請求について
学校生活の中でケガをして医療機関を受診すると、災害給付金の請求ができます。条件は下の二つになります。
 - ①授業中、休憩中、学校行事、部活動、登下校など
 - ②窓口での支払いが1500円以上
- 学校感染症について
病院で「学校感染症」と診断されたら学校までお知らせください。出席停止扱いになります。

「こども医療費助成制度」との併用はできません。学校でのケガは、スポーツ振興センター災害給付制度の対象です。

ようこそ保健室へ

こんにちは。養護教諭の
なかむら こずえ
中村 梢 です。

みなさんが心も体も健やかに
過ごせるよう、お手伝い
します。1年間、よろしく
お願いします！



健康診断 の 目的は

学校医の先生方

内科(うちで けいじ 先生)

歯科(なみひら まさき 先生)

学校薬剤師(下地 あつこ 先生)



健康面の問題をスクリーニング

健康面の問題や病気の疑いがないかを調べます。これをスクリーニングと言います。もし「疑いあり」の結果が出たら、早めに病院でみてもらいましょう。



自分の成長について知る

からだのバランスよく、順調に成長しているかを調べます。生活習慣病につながる肥満や、ダイエットによるやせすぎがあるときは、食生活について考えたり、運動の習慣をつけるきっかけにしましょう。



自分のからだに関心をもつ

自分のからだや健康に関心をもつきっかけにしてほしいです。そして毎日の生活の中で、そのことを生かしていきましょう。

昨年度に引き続き、健康診断をはじめとする学校でのみなさんの生活をサポートして下さる先生方です。

会ったときは、きちんとあいさつをしましょう!



「健康診断」で何がわかるの?

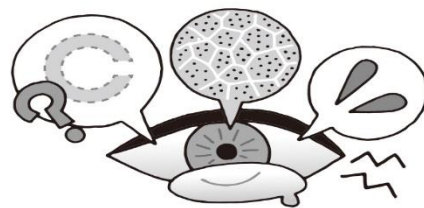
身体測定

バランス良く成長できているか。
肥満や、やせはないか。



視力検査・眼科検診

見えにくくなっていないか。
目の病気はないか。



耳鼻咽喉科検診 聴力検査

聞こえにくくなっていないか。
耳・鼻・のどの病気はないか。



歯科健診

むし歯や歯周病はないか。
歯並びやかみ合わせの状態はどうか。



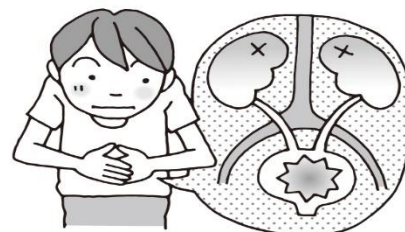
運動器検診

骨や関節、筋肉に病気や異常はないか。



尿検査

腎臓の病気や、糖尿病などはないか。



内科検診

心臓や肺、皮膚などに異常はないか。
貧血はないか。
栄養状態に問題はないか。



心電図検査

心臓に病気や異常はないか。

