



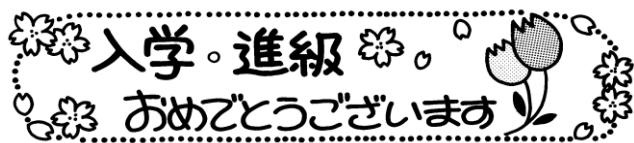
今月の保健目標

☆自分の健康状態を知ろう！

豊崎中学校

保健室

R8.4.21 (火)



新年度がスタートしました。入学・進級おめでとうございます。4月は新しい事がいっぱいです。新しい友達、新しいクラス、新しい先生。

ワクワクするけれど、ちょっと緊張することもありますよね。頑張りすぎて疲れたかな？と思ったらのんびりする時間も作りましょう。

リフレッシュして次の日も元気に。なんととっても春です！！

*保健室で行う手続きについてご説明します。

1. 出席停止について

学校ではお子さんが学校保健法に定められた伝染病にかかっている（疑いがある）場合、伝染病予防上学校長の指示により出席を停止いたします。下記の病気にかかっていると医師から診断された場合、早めに学校（担任）まで連絡下さい。

*風疹 *水痘 *流行性耳下腺炎 *麻疹 *インフルエンザ コロナ など

ワケドキ新生活



2. 災害給付について(日本スポーツ振興センター)

学校の管理下で起きたお子さんのケガや特定の疾病については、医療費（ほぼ保険負担分）が支払われています。この給付は、毎年お子さんに年度始めに上記センターに加入していただき、その時集める掛け金で賄われています。完治までの窓口支払いが1500円以上で申請の対象となります。学校でのケガで病院を受診された場合は、担任、部活の顧問を通して連絡下さい。また、保険適応診療の整骨院の受診も申請することができます。

※請求できるのは、ケガをした日から2年間です。2年を過ぎると失効になりますのでご注意下さい。

☆健康診断の日程☆

- *4月14日(火)・17日(金)・24日(金)
・・・歯科検診
- *4月23日(木)・24日(金)・・・尿検査
22日尿容器配布します。
- *5月14日(木)・・・身体測定(全学年)
視力(全学年)
聴力検査(1・3年対象)
心電図検査(1年のみ)
- *5月22日(金)・・・内科検診
3年2年(1・2組)
26日(火)・・・1年2年(3・4組)
- *5月26日(火)・27日(水)・・・尿検査(2次)
- *5月29日(金)・・・耳鼻科検診

☆保護者の方へ☆

新学期スタートに伴い、たくさんの調査票・問診票のご記入ありがとうございました。特に、緊急時の連絡先については、ケガや急病でお迎えをお願いしたり、医療機関を受診したりする際に重要となります。年度の途中で、連絡先（電話番号）やお勤め先が変わりましたら、その都度、学級担任までお知らせください。また、4月から健康診断がスタートしています。健康診断の結果やお知らせなどの配布もありますので、学校からのお便りには目を通し、必要に応じて専門医の受診をお願いします。今年度も学校教育へのご理解とご協力をよろしくをお願いします。

健康断診 はじ 始まるよ♪



健康を守るのは自分だけ

その場の処置だけではなく、健康に過ごす力を育む場所でもあります。
健康を守る方法を一緒に考えてみましょう。

1 いつから?

体調不良やケガはいつ、どんなところで起こりましたか? どのくらい続いていますか?

2 どうしてそうなった?

そうなった理由はなにか思いつきますか? 最近の生活習慣や、不調が出たシチュエーションなどはどうでしたか?

3 どうすればよりよくなる?

今回のようにならないためにどうしていけば良いかを一緒に考えましょう。受診が必要な場合、生活の仕方を変えたほうが良い場合など、ケースバイケースです。



病気やケガなどのときは、この3つを自分に問いかけてみてくださいね

*保健室はケガや具合が悪くなった時はもちろん、自分の体について知りたい時、心の元気がない時など気軽に利用できる所です。しかし、みんなが利用する所なので、ルール・マナーを守って利用しよう。

- ①保健室に入るときはあいさつを忘れずに!
- ②急なケガや病気の時以外は休み時間を利用しましょう。
(担任・教科担任に許可をもらってから利用しましょう)
- ③保健室にあるものはひと声かけてから使いましょう。
- ④休んでいる人もいます。静かに利用しましょう。
- ⑤処置が終わったら『ありがとうございました』の一言を大切に!

