



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

R6.4.19 (金)

4月、『張り切ってスタートしよう』というみんなの意気込みが伝わってきます。新しい教室、新しいクラスメート・・・春はたくさんの出会いがある季節です。もしかしたら、あなたの人生を変える出会いがあるかもしれません。私も養護教諭になりたいと思ったのは、中学生の時でした。みなさんにも、よい出会いがあることを願っています。伊良波中からきた、養護教諭の真喜志貴子です。保健室では、みんなの心と体の健康づくりをお手伝いします。1年間よろしくお願ひします。



保健室で行う手続きなど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 ●コロナウイルスその他など

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まかなわれます。完治までの窓口支払いが1500円以上で申請の対象になります。学校でのけが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ので、何か聞きたいことがあれば養護教諭(真喜志)まで連絡下さい。

*請求できるのは、ケガをした日から2年間です。お忘れないようにご注意下さい。



☆保護者の方へ☆

新学期スタートに伴い、皆様へたくさんの調査票・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月からの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て、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お願ひします。

☆健康診断の日程☆

*4月25日(木)～26日(金)・・・尿検査
尿容器は4/24に配布します。

*5月7日(火)・・・耳鼻科検診

*5月10日(金)・・・歯科検診(3年生)

*5月14日(火)・・・歯科検診(2年生)

*5月17日(金)・・・歯科検診(1年生)

♪朝食後の歯みがきを必ずおこなってください！

*5月28日(火)～29日(水)・・・尿検査

*5月31日(金)・・・身体計測・視力検査(2次)

心電図検査(1年のみ)

聴力検査(1・3年対象)

♪メガネを持っている生徒は忘れずに！

*6月4日(火)・・・内科検診(3年)

*6月6日(火)・・・内科検診(2年)

*6月7日(金)・・・内科検診(1年)



内科：山口 正幸 先生 (徳洲会病院)

歯科：金城 康哉 先生 (よつ葉・小児矯正歯科)

薬剤師：平田 崇 先生 (レモン薬局)

校医の先生は健康診断や環境検査などでお世話になる先生方です。お会いできる時にはさわやかなあいさつを交わし、お互いの気持ちの良い時間を過ごすことができるといいですね。

皆さんの笑顔に期待しています。

よろしくお願いします。m (・_・) m

保健室は心と体の健康教室



けがや具合が悪いときはもちろん、自分の体について知りたいとき、心の元気がないときなど、気軽に利用できる場所です。

*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とき、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てね。

② 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・教科担任に伝え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！

真喜志のつぶやき

豊崎中学校の保健室は、授業中の利用がほとんどなく、とても静かな毎日です♪(2日目ですが・・・)健康診断に余裕ができたなら、フラフラと皆さんの活動をのぞきにいくこともあると思います。できるだけ多くの皆さんとコミュニケーションをとって、日々明るく元気に過ごして行きたいと思っていますのでよろしくお願いします。

集団の中で生きる

清廉。どんな人といっても、自分を失わない。協調。どんな人といっても、その人に調子を合わせて楽しめる。

この清廉と協調というのは、バランスが難しいものです。清廉でいようとすれば、世界は広がらないし、協調ばかりしていると、自分を見失いやすい。どっちがいいのでしょうか。

正解はありません。もしなにかを学ぼうとするなら、清廉でも協調でも、自分の生き方に近い人物や本から学べばいいと思います。

ただ、他人の考えを尊重し認めながらも、自分の考えは周囲に流されず、はっきりと述べる事ができる、そういう生き方です。そういう生き方ができれば、そこが今あなたにとって居心地の悪い場所だったとしても、やがて心ある人物を味方につけることができるはずですよ。

「覚悟の磨き方 超訳 松田松陰」

以前の学校で図書館の先生から、いい本があるよ！と教えてもらいました。