

# ほけんだより



NO. 1  
2023/4/17  
保健室

## 入学・進級おめでとうございます。

こんにちは。養護教諭の西岡です。みなさんが心も体も元気に過ごせるよう、お手伝いします。いつでも保健室を利用してください。

春は新しい出会いの季節です。楽しさと同時に不安や緊張もあると思います。焦らずゆっくりと自分のペースで進んでいってください。また環境が変わると、緊張や気疲れで疲れが出やすくなります。疲れた時はゆっくり休憩して、リラックスしましょう。



- 内科 島村 先生
- 眼科 井田 先生
- 耳鼻科 藤田 先生
- 歯科 大久保 先生

学校検診でお世話になる先生たちです。検診時には**挨拶**と**自分のクラス・席・名前**を伝えましょう。

健康診断以外にも、健康相談やみなさんの健康に関する会議などに参加していただいています。また、薬剤師の齊藤先生にも、教室の空気検査や水質検査などでお世話になっています。

### 健康診断の日程

内科検診 5月22日(月)、23日(火)、 29日(月)、30日(火)、 31日(水)、6月12日(月) *6日に分けて行います。	歯科検診 5月25日(木)、 6月1日(木) *2日に分けて行います。	眼科検診 4月27日(木) 耳鼻科検診 6月5日(月) *1年生のみ 胸部X線・心電図検査 5月1日(月) *1年生のみ
日程については後日お知らせします。教室掲示をよく読んでおいてください。		

### 保健室の利用ルール

- 1. 保健室へ行くことを伝えてから来る**  
授業担当の先生や周りの人に保健室に行くことを伝えてから来る。
- 2. 保健室に用があるとき**  
直接入室せず、ドア右横のまどから声をかける。  
「〇年〇組の□□です。～先生お願いします。」
- 3. 体調が悪いとき**  
熱がある人は、**休養せずそのまま保護者の方の迎えで早退**。  
その他の症状の人は保健室で1時間分だけ休養できます。  
  
保健室には薬はありません。薬が必要な人は自分で持ってきてください。
- 4. 継続的な処置はNG**  
家でのケガや、前からのケガは家で手当てをしてきてください。
- 5. 携帯・飲食はNG**
- 6. 教育相談や健康相談を受けたいとき**  
教育相談の際は、時間を区切って行います。  
基本、休み時間や放課後に相談を行います。

### スポーツ振興センター災害給付について

登校中や授業中、部活動中など、学校管理下で起こったケガ等に対する医療費が給付される保険です（交通事故は対象外）。

**申請は、自分から申し出てください！**  
**申請をしたい人は保健室か学年職員室に申請用紙を取りに来て下さい。**

### おしっこで何がわかる？

おしっこのもとを作る「腎臓」は、大切なからだの一部分。でも、病気になっても、あまり症状が出ません。おしっこをとって、異常がないか調べるのです。



検尿の提出日は **4 / 18** です。

尿検査
一次一回目 4月18日(火)
一次二回目 5月9日(火)
二次 5月29日(月)