

ほけんだより



4月号 No. 1

鎌ヶ谷市立第四中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます。4月は新しいことがいっぱいです。学年が上がり、悩みや不安のある人が多いと思います。少しずつでも体調を崩さずに悩み考えることも大切です。もし困ったことがあれば保健室にきてくださいね。これから一年間元気に学校生活を過ごしましょう。

健康診断が始まります!!

4～6月にかけて健康診断が行われます。健康診断は健康状態を知るために必要な検査・検診です。この機会に自分の体の状態を知る、チャンスです！健康診断の日程は以下のようになっています。日にちを間違えないように確認をしてください。

～健康診断の予定～

4月 9日 (水)	発育測定	全学年
17日 (木)	歯科検診	2年生+1年3・4・5組
23日 (水)	尿検査一次	全学年
30日 (水)	歯科検診	3年生+1年1・2組
5月 7日 (水)	心電図検査	1年生
8日 (木)	尿検査一次予備	未提出者
14日 (水)	内科検診	3年生
19日 (月)	モアレ検査	1年生
21日 (水)	尿検査二次	対象者
21日 (水)	内科検診	2年生
22日 (木)	眼科検診	1年生+2・3年生 (目の保健調査票でチェックされた人)
27日 (火)	内科検診	1年生
6月 5日 (木)	尿検査二次予備	未提出者
25日 (水)	耳鼻科検診	1・3年生+2年生 (保健調査票で所見あった人)



科	医師名	病院名
内科	呉 正信	みちのペクリニック
	鈴木 弘祐	鈴木整形外科
歯科	柴 博孝	柴歯科
	河野 雅子	河野歯科
眼科	丸山 雅央	まるやま眼科
耳鼻科	更級 則夫	さらしな耳鼻咽喉科
薬剤師	夏井 展子	山口薬局

保健関係提出物について

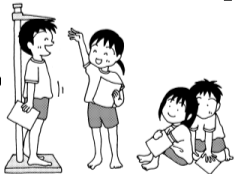
健康診断が始まり、さまざまな提出物があります。健康状態や健康診断の、大切な手がかりになるものなので、必ず期限までに提出してください。また、提出する前に、名前・記入もれ・ハンコの押し忘れがないかをチェックしてください。

健康診断の前日には…

健康診断の前日は、お風呂に入っ、体を清潔にしておきましょう。次の日の検診にあわせて、耳のそうじをしたり、歯みがきをていねいにしたり、爪もしっかり切ってきましょう。そして体調を整えるためにも早く寝るようにしましょう。

健康診断の結果について

学校では病気の疑いがある人にお知らせをしていますので、病院では異常なしと診断されることもあります。でも、視力の低下など毎年のことで、わかっているから…とそのままにするのではなく、定期受診の目安としていただければと思います。



- ①保健室に来室するときは、担任の先生か学年の先生、または教科担任の先生に直接伝え、保健カードを持って来室します。
- ②保健室は病院や薬局ではなく、学校でのけがに対するの応急処置の場です。学校生活に関連のないけが(家や外出先でのけが)は家で治療しましょう。原則的に、学校内のけがでも継続的な治療は行いません。
- ③ベッドでの休養は、回復の見込みがある場合(1時間)に限ります。休養しても回復しない場合は、保護者に連絡し、早退します。



はじめまして!!保健の石川めぐみです。保健室の先生と呼ばれることが多いので、ぜひ「石川先生」と名前でも呼んでもらえると嬉しいです。四中のみなさんが健康に学校生活を送れるように保健室から情報を発信していきたいと思っています。みなさんと一緒に一年間元気に過ごしたいと思っています。よろしくお祈りします。

