

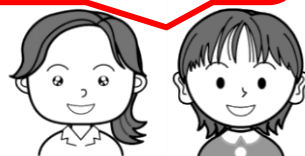
ほけんだより 4月

真野中学校 保健室 令和7年4月9日 発行



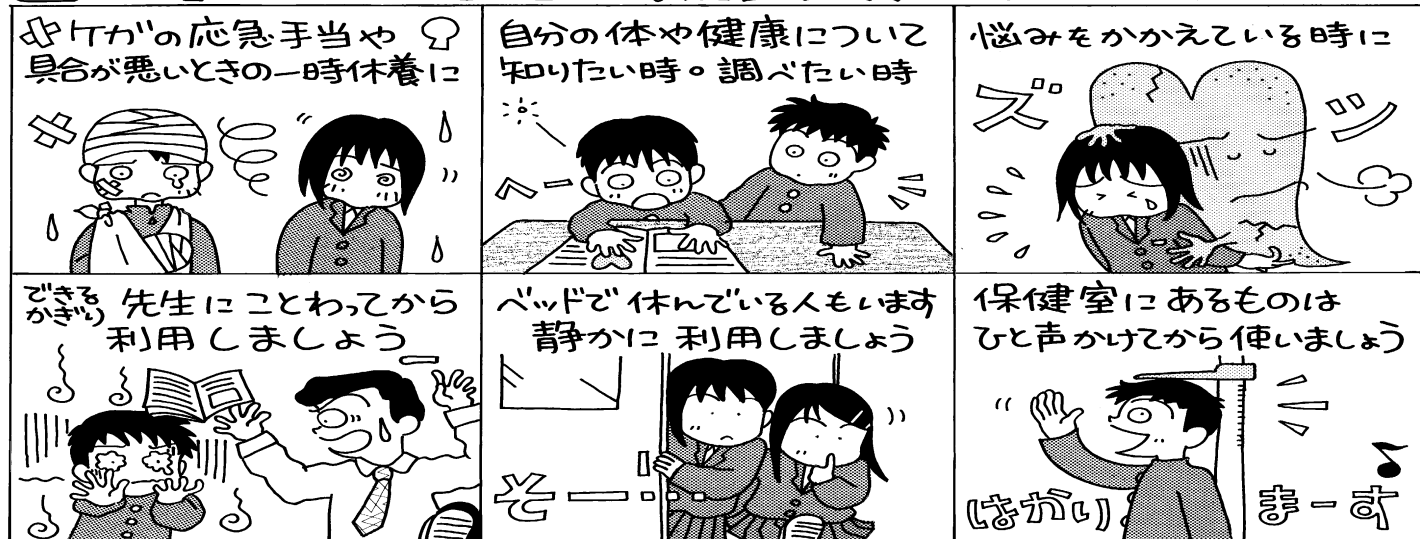
入学・進級おめでとうございます。新年度がスタートしました。4月は環境の変化などで、知らず知らずのうちに緊張し、自分思っている以上に疲れています。自分の好きなことをしたり、少しゆったりと外をながめてみるのもいいものです。

保健室の西村治美と、安井節子です。みなさんの心やからだの健康を守るためにサポートしたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



*** 充実した1年間を過ごせますように ***

みんなの保健室 機能と役割を正しく理解して...!!



○保健室はなるべく休み時間に利用しましょう。授業中、急に具合が悪くなったり、けがをした時は、授業の先生に伝えてから来てください。

○保健室は基本的に学校で起こったけがの手当てをする場所です。学校以外のけがに必要なもの（湿布やばんそうこう等）は各自で用意しましょう。

○保健室は、病院や薬局ではないので、「内服薬」はおいていません。もともと偏頭痛をもっている人や腹痛がよく起こる人、生理痛が重い人は、お家の人と相談し、あらかじめ自分にあつた薬を選び、常に持っておきましょう。

○保健室での休養は1時間が目安です。その後は体調に合わせて授業に行くか、早退をするか相談しましょう。

今年度お世話になります、学校医の先生

内科	越智 眞一先生 (越智医院)	小泉 武先生 (小泉医院)	小椋 英司先生 (琵琶湖大橋病院)
歯科	藤井 忠先生 (藤井歯科医院)	山本 哲典先生 (ローズ山本歯科)	平井 康祐先生 (オージ歯科医院)
耳鼻科	杉田 邦洋先生 (すぎた耳鼻咽喉クリニック)	みなさんが毎日健康に学校生活を送れるように、サポートして下さる学校医の先生方です。健康診断の時には、元気よくあいさつをしてください。	
眼科	林 孝宏先生 (はやし眼科医院)		
薬剤師	山本 幹也先生 (ヤマヤ薬局)		

内科検診では、数年前から、運動器の機能についての検査が加わりました。（手足の動きや姿勢など）授業中に、つい姿勢が悪くなっていませんか??





この機会に、自分の健康について改めて見つめ
なおしてみよう！スマホの使いすぎ・・・など

4月10日(水)	身体測定
4月15日(火)	1年 内科検診
4月16日(水)	3年 視力検診
4月17日(木)	2年 視力検査
4月23日(水)	1年 視力検査
4月24日(木)	尿検査(全学年)
25日(金)	

【身体測定】

- 体操服を忘れないように！
- 髪型を頭頂部でまとめない。ポニーテールなども避ける。

【視力検査】

- コンタクトやメガネを持っている人は忘れず持ってきてください。

【内科検診】

※内科検診の2週間前に結核健康診断問診票を
配付します。記入後、提出をお願いします。

1年生は、4月15日(火)に内科検診があり
ますので、4月11日(金)までに提出してく
ださい。よろしくお願いします。

5月1日(木)	1年 歯科検診
5月7日(水)	1年 心電図検査
5月8日(木)	3年 内科検診
5月13日(火)	3年 聴力検査
5月14日(水)	1年 聴力検査
5月20日(火)	2・3年 耳鼻科検診
5月29日(木)	眼科検診(全学年)
5月30日(金)	2年 内科検診

6月3日(火)	尿検査(二次)
	1年 耳鼻科検診
6月12日(木)	2年 歯科検診
	3年 歯科検診
6月26日(木)	色覚検査(1年希望者のみ)

【学校生活における感染症対策について】

- 健康観察
 - 石けんでの手洗い
 - 換気
- 安心安全な学校生活
を送れるように続け
ていきましょう。

～ 保護者のみなさまへ ～

保健室の西村と安井がお子様の健康をサポートさせていただきます。子どもたちが、安心できるような保健室を目指し、毎日の成長を見守りたいと思います。日々の保健指導の推進にあたりまして、ご家庭でもご協力の程、よろしくお願いします。

<各種健康診断の結果について>

検診の結果、疾病の疑いがあった場合は、結果をお知らせしますので、早めに医療機関を受診されるようお勧めします。また、学校での健康診断はスクリーニング(疑わしいものを選び出すもの)であるため、確定診断ではありません。病院を受診した結果、「異常なし」と診断されることもあります。

歯科につきましては、まずは、学校歯科医やかかりつけ医への受診をおすすめします。その後、矯正専門医への紹介となる場合もあります。なお、矯正専門医を受診される場合は、矯正治療の全額保険適応外となるため、相談だけでも初診時より治療費(自費)が発生する場合があります。事前に受診される矯正歯科医院のホームページ、電話などにて御確認されることをお勧めいたします。

●日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度について

学校の管理下(授業中・休み時間・部活動・登下校など)で、怪我をして病院へ受診した場合に治療費などの給付をおこなう制度です。学校管理下のけがなどで治療を受けた際は、担任または部活動顧問まで教えてください。

医療保険診療の対象で、初診から治癒までに要する医療費点数が500点以上の場合が対象になります。(高額医療費の対象の場合は、異なります。)公費負担医療制度(子ども助成医療制度等)を利用された場合は、自己負担額にお見舞金(1割)を加えた額となります。

●保健室では様々な書類を管理していますが、緊急時の連絡先(電話や住所、保護者の勤務先など)が変更になった場合は、申し出てください。

新年度は保健関係の提出物が多くあります。できるだけ早めにご提出いただきますようよろしくお願いします。