

ほけんだより4月

平成30年4月5日

菅平中学校 保健室

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2年生3年生のみなさん、進級おめでとうございます。

本年度より保健室を担当します、宮之本奈津子です。心も体も大きく成長する中学校生活の中で、全校のみなさんが、心も体もすこやかにすごせるよう、お手伝いをさせていただきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

この「ほけんだより」では、心や体の健康に関する情報や、保健行事についてお知らせしていきます。

▼健康診断が始まります

自分の体をよく知るための健康診断が始まります。4月から6月頃まで様々な検査・検診をしていきます。計画は下の表をご覧ください。しっかり準備をして臨みましょう。



検査・検診	日程	対象学年	準備など
発育測定	4月9日(月)	小中全校	身長・体重・視力・聴力
検尿	4月17日(火)	小中全校	朝一番の尿をとります。
内科検診 (中Ⅱは姿勢検査もします)	4月25日(水)	小中全校	男子は上半身裸になります。 女子はTシャツになります。
血液検診	5月1日(火)	小4・6年・中全	同意書を配付・記入していただきます。
眼科検診	5月22日(火)	小中全校	メガネやコンタクトを持ってきましょう
心電図検査	5月24日(木)	小1・4年・中Ⅰ	調査票を配付・記入していただきます。
歯科検査	6月1日(木)	小中全校	朝8:30~ですので、ていねいに歯みがきをしてきましょう。
耳鼻科検診	6月7日(木)	小中全校	調査票を配付・記入していただきます。
秋の歯科検診	11月2日(金)	小中全校	むし歯の有無などを診ていただきます。
★身長・体重は学期に一回測定し「健康の記録」に記入していただきます。「健康の記録」は学期末にお返しします。			

4月9日の発育測定で健康の記録を使用します。新1年生は新しいものを配付します。新2・3年生は3月に返却されたものを必ず持ってきましょう！

おうちの方へ

大事な提出物のお願い

以下の3つの提出物を4月9日(月)までに学級担任へご提出ください。

- ①保健調査票
- ②定期健康診断問診調査票（結核健康診断問診票）
- ③運動器検診調査票

提出していただいた後、未記入やお伺いしたいことなどを確認の上、こちらから連絡をとらせていただくことがあると思いますが、ご協力よろしくお願いします。

また、①②の調査票は保健室で大切に保管し、卒業する際にご家庭へお渡しします。

他にも健康診断に必要な調査をご協力いただくことがあります。期日までにご提出くださいますようご協力お願いいたします。

保健室ではこんな対応をしています。



けがをしたとき

病院の受診を必要とする場合はご家庭に連絡をさせていただきます。場合によっては学校から病院へ行くこともあります。

体調をくずしたとき

休養をすることでよくなると思われる場合や経過観察をする場合に休養します。休養をしてもよくなる場合は迎えに来ていただきますのでよろしくお願いいたします。

※保健室では原則として内服薬は与えません。常用薬がある場合は各自で持ってきておくとうよいと思います。その際は、担任の先生か保健室の宮之本までご連絡ください。

保健室にはこんなものがあるよ



○保健室には、身長計・体重計・視力計などがあります。健康診断の時にも使いますが、ふだんでも自分の記録を知りたい人は計ることができますので休み時間などに来てください。

○体・健康に関する本も置いています。読みたい人、心や体のことで心配なことがある人は気軽に相談してください。



上田市立菅平中学校
保健室 宮之本 奈津子
Tel 74-2014