

平成31年4月8日

上田市立第一中学校保健室



ほけんだより



ご入学ご進級おめでとうございます。

保健室では4月から6月まで定期健康診断が行われます。大事な健康診断ですので体調を整えて受けられますようよろしくお願いいたします。

保護者の方々には健康に関する沢山の書類をご提出いただきありがとうございました。

今年度の定期健康診断の予定です。

| 月 | 日 | 曜 | 保健行事 | 対象者 | 開始時間 | 備考 |
|----|----|------|--|--------------------|--------|----------|
| 4 | 5 | 金 | 身長・体重・視力 | 2年生 | 4校時 | メガネある人持参 |
| | 8 | 月 | 身長・体重・視力・聴力 | 1年生 | 2校時 | メガネある人持参 |
| | 16 | 火 | 歯科検診 | 3の1・2・3 | 13:30~ | 保健室 |
| | 17 | 水 | 歯科検診 | 3の3・4・5 | 13:30~ | 保健室 |
| | 19 | 金 | 心電図検診 | 1年生 | 8:45~ | スカイホール |
| | 22 | 月 | 身長・体重・視力・聴力 | 3年生 | 5校時 | メガネある人持参 |
| | 23 | 火 | 歯科検診 | 1年生 | 8:45~ | 保健室 |
| 25 | 木 | 歯科検診 | 2年生 | 8:45~ | 保健室 | |
| 5 | 8 | 水 | 耳鼻科検診 | 3の1・2・3 1の1・2・3 | 13:30~ | 保健室 |
| | 15 | 水 | 耳鼻科検診 | 3の4・5・6 1の4・5・6 | 13:30~ | 保健室 |
| | 27 | 月 | 眼科検診 | 1年生・2年3年は希望者 | 13:30~ | 保健室 |
| | 30 | 木 | 内科検診 | 1年生 | 13:30~ | 保健室 |
| | 31 | 金 | 血液検査 1年生：貧血検査・生活習慣病予防検査 2年・3年：貧血検査 | 同意生徒 | 8:45~ | 会議室 |
| 6 | 13 | 木 | 内科検診 | 2年生 | 13:20~ | 保健室 |
| | 20 | 木 | 内科検診 | 3の1・2・3・4・5 | 13:20~ | 保健室 |
| | 27 | 木 | 内科検診 | 3の6 | 13:20~ | 保健室 |

★4月19日（金）1年生

心電図検査痛くもかゆくもありません。リラックスして受けましょう。

★5月31日（金）血液検査

1年生から3年生に貧血検査を行います。1年生は生活習慣病検査も行います。

後日、血液検査同意書をとらせていただき同意のあった生徒に実施いたします。

★内科検診

運動器検診もあります。申し出のあった人は背中や脇・肩甲骨などをDrが確認します。しっかりみていただくことができるよう女子は半袖の運動着を着用します。忘れずに持参してくださいね。

★歯科検診

1年生2年生は午前中、3年生は午後に行います。朝の歯みがき・昼の歯みがきをしっかりと気持ちよく診ていただきましょう。中学校生活は色々たて込んで忙しいですが、歯と歯肉の健康を守るために給食後の歯みがき優先しましょう。健康第一！！

◎検診や検査の時は静かにスムーズに行えるように、検診にあった服装や校医の先生の前に座ったら名前を言う、私語はしないなどの受診時のマナーをしっかりと守りましょう。

お世話になる学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方

| | | | | |
|-----|----------|----------|---------------|-------------|
| 内科 | 宮坂 崇 先生 | 日新堂医院 | 上田市中央 6-16-19 | TEL 22-0558 |
| 歯科 | 草間俊樹 先生 | 蒼久保歯科医院 | 上田市蒼久保 1443-5 | TEL 35-0507 |
| 歯科 | 逸見信一郎 先生 | 神科歯科医院 | 上田市住吉 683-1 | TEL 27-0544 |
| 眼科 | 松高 久 先生 | まつたか眼科医院 | 上田市常田 2-35-2 | TEL 22-0809 |
| 耳鼻科 | 金井洋一 先生 | 金井医院 | 上田市国分 1122-1 | TEL 22-9716 |
| 薬剤師 | 戸島喜幸 先生 | 常田薬局 | 上田市常田 2-15-1 | TEL 24-6171 |

色覚に関する健康相談について



文部科学省は、2003年度から健康診断の項目のうち、小学校4年生で行っていた色覚検査を削除することを決めました。その結果、現在学校で行う定期健康診断では色覚検査を実施していません。色が見分けにくく困っている様子がある、変だなあと思いながら生活しているなど気にかかる様子がある場合には、色覚に関する健康相談を実施します。配慮が必要な場合には、保護者様の同意の上、適切な指導を行う必要がありますので、少しでも不安に思うことがありましたら遠慮なくご相談ください。



独立行政法人日本スポーツ振興センターについて

学校管理下でけがをしたり、病気（文部科学省令で定めるもの）にかかったりしたときは、独立行政法人日本スポーツ振興センターから医療費が支給されます。詳細につきましては、上田市教育委員会（学校教育課）より配布されております「独立行政法人日本スポーツ振興センター災害共済給付制度への加入について」通知をご覧ください。不明な点がございましたら、遠慮なくお知らせください。例年学年費から支出させていただいております。〈共済掛金について〉
ご了解をよろしくお願いたします。

| 保護者共済掛金額 | 市負担分掛金額 |
|----------|---------|
| 460円 | 475円 |

.. * •★ ☆... *.. * •★ ☆... *.. * •

新学期は新しい出会いがあったり、環境が変化したりと、緊張も多く疲れやすい時期です。バランスのよい食事や十分な睡眠を心掛け、体調に変化はないか、いつもと違う様子はないか確認しましょう。心配なことや気がかりなことは一人で抱え込まずいつでも気軽に相談してください。

今年度も保健室には2人の養護教諭がいます。

中沢一枝（今年度第六中学校から第一中学校へ転任してまいりました）と滝澤めぐみです。

何かあったらいつでも保健室をのぞいてみてください。

よろしくお願いたします。

