

# 保健だより 4月

安城市立桜井中学校 保健室 R6.4.8 No.1

入学、進級おめでとうございます。

張り切って迎えた新年度、知らず知らずのうちに疲れがたまりがちです。そんな時は、とにかく夜は早く寝る！睡眠をしっかりとり疲れを解消しましょう。

健康診断がスタートします。自分の体の様子をしっかりと見つめる機会にしましょう。



## 4月の保健目標

### 自分の体を知ろう

## 健康診断が始まります

正確な検査になるように、問診票の提出や持ち物を忘れないようにしましょう。

項目	日にち	対象	注意事項
<b>身体計測</b> (身長、体重 運動器チェック 視力、聴力)	4月8日(月)	2年生(2、3限)	・手足の爪を切ってくる。 ・夏の体操服で受ける。 ・眼鏡やコンタクトを使用している人は忘れずに持ってくる。
	9日(火)	3年生(2、3限)	
10日(水)	1年生(1、2限) IJK組は別日で実施		
※聴力は1、3年生のみ			
<b>心電図検査</b>	4月25日(木)	1年生(5、6限)	・夏の体操服で受ける。
<b>血液検査</b>	4月15日(月)	1年生希望者 (10:30~)	・夏の体操服で受ける。
<b>尿検査</b>	5月16日(木) 17日(金)	全校生徒 (16日に忘れた人は、 17日に提出する。)	・回収日に提出できなかった場合は、予備日(5/24、5/30)に提出する。
<b>内科検診</b> (運動器校医検診)	5月1日(水) 15日(水) 29日(水)	1年生、IJK組 2年生 3年生	・夏の体操服で受ける。
<b>歯科検診</b>	4月25日(木)	全校生徒(8:30~)	・朝の丁寧な歯みがき。 ・歯ブラシを持ってくる。
<b>眼科検診</b>	4月30日(火)	1年生(13:10~)	・前髪で目が隠れないようにする。

※健康診断において、特別な配慮が必要な場合は、担任または養護教諭に申し出てください。

# 学校医さん紹介

お世話になる学校医の先生方です

- 内科…
- 歯科…
- 眼科…
- 薬剤師…



知っておこう

## 災害共済給付制度について

「災害共済給付制度」とは、みなさんが学校での生活・活動の中でけがなどをした際、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる制度です。

新入生と転入生のご家庭は、加入同意書の提出（4月9日提出期限）が必要です。

2、3年生については、掛金（370円\*5月集金）の納入で継続加入となります。

### 給付対象となる「学校の管理下」の範囲

- ①各教科授業や、修学旅行などの学校行事中
- ②部活動など学校の教育計画に基づく課外活動中
- ③始業前、放課、授業後などの学校が定めた特定時間中

\*登校中、下校中も給付の対象となります



大きなけがを負ったり病気にかかったりしたときは、欠席・遅刻・早退や医療機関への受診状況等、なるべく早く学校にご連絡ください。

### 給付対象となる「災害」の範囲

- ①負傷…捻挫、骨折、やけど等
- ②疾病…食中毒、熱中症等
- ③障害…負傷等の治療後に後遺症が残った場合
- ④死亡…学校の管理下で発生した事件や上記疾病に直接起因する死亡や、突然死



## 保健室利用のルール

- ①なるべく放課中に、先生や健康委員と一緒に来室しましょう。
- ②保健室での休養は、原則1時間までです。
- ③保健室では痛み止めや目薬などの医薬品は使用しません。必要な場合は、自分に合う薬を家から持って来ましょう。
- ④保健室ではその日に発生した傷病に対する応急処置をします。継続的なけがの手当てはしません。
- ⑤悩みや困りごとの相談や、気持ちを落ち着けたいときなどにも利用できます。

一時休養



応急手当



相談



養護教諭のと です。桜井中の皆さんの心と体の健康を様々な場面でサポートします。どうぞよろしくお願いいたします。