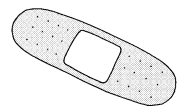


ご入学・ご進級おめでとうございます。31名の1年生を迎え、新年度がスタートしました。今年度もお子さんが元気で健やかに成長されるよう、お家の方と一緒に健康づくりに取り組みたいと思っています。

保健日より『元気アップ通信』では、健康に関する情報などを、わかりやすくタイムリーにお伝えできるよう工夫していきます。1年間どうぞよろしくお願いたします。



保健室を利用するときのマナーときまり



1 保健室での処置は応急的なものです

保健室での処置は、病院に行くまで、家に帰るまでの応急的なものです。原則、継続的にシップやばんそうこう、ガーゼの貼り替えをすることはできません。必要な場合は、家から用意してきてください。

2 ベッドでの休養は2時間までです

2時間の休養で回復しない場合は早退させます。また、短時間の静養で回復が見込めないと判断した場合は、静養せずに早退させることもあります。

3 普段使っている薬があれば常備をしましょう



保健室では、内服薬を与えることができません。頭痛薬や下痢止めなど、普段使っている薬があれば、おうちの人と相談をして、準備をしておくといよいでしょう。

友達の具合が悪いからといって、安易に薬をあげてはいけません。アレルギー体質の人は、薬の種類によっては、命にかかわるようなアレルギー反応が出る場合があります。

4 急なけがや病気の時以外は休み時間に来室をしましょう

急なけがや、我慢できないほどの痛みや辛さがある場合は、授業中でも担当の先生に伝えて保健室にきてください。それ以外は、休み時間に利用しましょう。保健室に行くときは、次の授業担当の先生と周りの友達に、その旨を伝えましょう。

よろしくお願いたします



おこし けいこ
養護教諭の 小越 佳子 と申します。

出雲崎中でお世話になり3年目になります。まだまだわからないことがたくさんありますが、生徒の皆さんが健康で過ごせるよう、がんばります。

4月・5月は、提出していただく物や健康診断がたくさんありますのでご協力よろしくお願いたします。



4月の健康診断日程

12日から、各種検診が始まります。持ち物や提出日等の確認をお願いします。

なお、定期健康診断は、6月まで続きます。



期日	時間	検診項目	対象者	連絡事項
4月12日(水)	3限	身体測定 視力・聴力測定	全校生徒 (聴力は1・3年)	・メガネをもっている人は持参する。 ・半袖、ハーフパンツを着用する。
4月14日(金)	13:20~	内科検診・結核検診 運動器健診	全校生徒	・半袖体操着を着用する。
4月26日(水)	登校後提出	尿検査1次	全校生徒	・起床後すぐに採尿する。 ・封筒はのりで封をする。

各種検診結果は、6月中旬頃に、「健康のきろく」にてお知らせします。

また、検診の結果、専門医での精密検査や診察の必要性が認められた場合には、「検診結果のお知らせ(治療勧告書)」をお渡ししますので、できるだけ早く受診してください。



学校医	磯部医院	磯部 修一 医師
学校歯科医	本間歯科医院	本間 哲雄 歯科医
学校薬剤師	永滝薬局	永滝 俊郎 薬剤師

なお、健康診断では

長岡赤十字病院 武田 啓治医師
幸町耳鼻咽喉科 佐藤 充医師

からも診ていただきます。



保護者の皆様へ

● 毎朝の健康観察をお願いします

体調がすぐれないときは、無理をせず休ませてください。また、咳がでているときは、必ずマスクを着用して登校させてください。



● 欠席や遅刻の連絡は、朝7時40分から8時10分の間をお願いします

具合が悪くて欠席する場合は、詳しい症状をお伝えください。

連絡がない場合は、登校中の事故などが心配されるため、学校から保護者の方へ確認の電話連絡をします。

● 早寝・早起き・バランスのとれた朝食が学力向上の基盤です

今年度も、夜11時までに就寝、家庭メディア利用2時間以内、バランスの良い朝食摂取に学校をあげて取り組んでいきます。ご協力をお願いいたします。



● お気軽にお問い合わせください

お子さんの健康に関して、学校に知らせておきたいこと、不安なこと等ございましたら、お気軽に養護教諭までお問い合わせください。