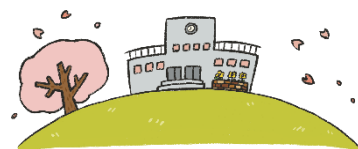




令和5年4月11日
第1号
出雲崎中学校 保健室

令和5年度がスタートしました！ 入学、進級おめでとうございます。



皆さん、ご入学・ご進級おめでとうございます。30名の1年生を迎え、新年度が無事スタートしたことを嬉しく思います。ほけんだよりでは、中学生の皆さんに知ってほしい健康に関する情報や、保健行事予定、保護者の方をお願いしたいこと等をお伝えしていきます。1年間どうぞよろしくお願いいたします。

確認しましょう！保健室利用のマナーと決まり

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 ベッドでの休養は基本1時間です。

1時間の休養で回復しない場合は早退とします。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。※感染症の状況では、体調不良時はすぐに早退となる場合があります。

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。普段使っている薬があれば、保護者の方と相談をして、準備しておくようにしましょう。

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（もらってもいけません）。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ことがあります。絶対にしないでください。



4 授業担当の先生に伝えてから来室しましょう。

授業前に保健室に来室する場合は、次の授業の先生に伝えてから来室しましょう。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、周りの友だちにその旨を伝えてもらってください。

保護者の皆様へ

今年度も、子どもたちの健康、安全のためにご協力をよろしくお願いいたします。

1 毎日の健康観察、毎朝の検温にご協力ください。

ご家庭での健康観察、検温等の感染症対策にご協力いただき、大変ありがとうございます。今年度も引き続き実施をよろしくお願いいたします。

体温測定後、保護者の方が体温とお子さんの体調を確認をお願いいたします。体温測定は休日も継続してください。

37.5℃以上、または平熱よりも0.5℃以上高い体温であった場合や、頭痛、腹痛、だるい、風邪症状、その他体調不良の症状等がみられるときは、無理せずご自宅で休養してください。



2 欠席や遅刻の連絡は、朝 7時50分から 8時10分の間にお願いします。(TEL:78-2137)

体調不良時は、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。

3 早寝・早起き・バランスのとれた朝食での規則正しい生活習慣について

今年度も、夜11時までの就寝、バランスの良い朝食摂取、メディアコントロールに学校をあげて取り組んでいきます。ご協力をよろしくお願いいたします。



定期健康診断が始まります。

今後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、感染症の状況により、検診の延期や中止等の変更の可能性もあります。ご理解とご協力をお願いします。



検診項目	期日	時間	対象者	連絡事項
身体測定	4月13日(木)	4限	全校生徒	・半袖体操着、短パン、メガネの準備 ・髪を結ぶ場合は、下の方で結ぶ。
尿検査1次	4月18日(火) 19日(水)	登校後 提出	全校生徒	・起床後すぐの尿の中間尿を採尿する。 ※前日に検査キットを配付します。 ※生理の生徒は、5月の2次検査時に提出します。
歯科検診	5月25日(木)	14:30~	全校生徒	・給食後、歯を丁寧に磨いておく。
耳鼻科健診	4月26日(水)	13:30~	全校のうち 該当する生徒	・髪の毛が、耳にかからないように留める。
内科検診	4月27日(木)	13:30~	全校生徒	・半袖体操着の準備
心臓検診	5月9日(火)	9:40~	1年生	・半袖体操着の準備
眼科検診	6月16日(金)	14:00~	全校生徒	・前髪が、目にかからないように留める。
色覚検査	4月~6月		1年生希望者	・メガネの準備
貧血検査	未定		2年生希望者	・後日希望調査書を配付します。

各種検診結果は、6月下旬頃に、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、随時「検診結果のお知らせ(治療勧告書)」をお渡しします(視力検査の治療勧告書は、6月16日予定の眼科検診終了後に配付します)。



校医の先生方をご紹介します。

学 校 医 佐藤医院 _____ 医師
 学校歯科医 小坂井歯科医院 _____ 歯科医
 学校薬剤師 さくら薬局 長岡古正寺店 _____ 薬剤師

健康診断では、眼科検診を長岡赤十字病院 _____ 医師、
 耳鼻科検診を幸町耳鼻咽喉科 _____ 医師に診ていただきます。

よろしくお願いします！



養護教諭のI gです。

長岡市立小国小学校より参りました。はじめての中学校勤務でドキドキしています。

出雲崎中学校の皆さんの心身の健康のサポートをさせていただきます。困ったこと

があったら、いつでも相談にきてくださいね。よろしくお願いします。

