

## 入学・進級おめでとうございます

色とりどりの花々が咲き誇る春。みなさんの新しい一歩を温かく見守ってくれているようです。

新しい出会いに、期待と不安とで胸がいっぱいになっていることでしょう。でも、そう感じているのは、あなただけではありません。「おはよう」「ありがとう」まずは、あいさつから始めてみましょう。マスクの下の笑顔は、きっと目元から優しさや元気を相手に伝えてくれるはずです。

はじめまして！  
養護教諭の  
西脇純子です。  
みなさんの学校生活  
が充実した日々となるよう、心と体の健康をサポートしていきます。  
よろしく  
お願いします。

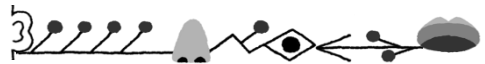


今月の  
保健目標



### 自分のからだの様子を知ろう

## 定期健康診断が始まります



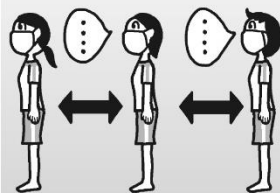
	1年生	2年生	3年生	8・9組
身体測定 視力・聴力検査	4月12日(火)	4月11日(月)	4月13日(水)	4月12日(火)
内科検診	5月9日(月)	5月10日(火)	4月22日(金)	5月9日(月)
眼科検診	6月2日(木)			
耳鼻科検診	4月27日(水)	※3年生は、アンケートによる抽出者のみ		
歯科検診	1組5月12日(木)	5月12日(木)	6月9日(木)	6月9日(木)
	2,3組6月9日(木)			
腎臓検診 (尿検査)	1次	5月25日(水) ※女子で生理中の場合は、6/8(水)に提出		
	2次	6月8日(水) ※1次もれ者、2次対象者のみ		
心臓検診	6月1日(水) ※1年生のみ			

### 健康診断での

諸注意

自分の学年が、いつ、どんな検査があるか、確認しておきましょう。

順番待ちの際は  
おしゃべりをせず、  
間隔をあけて並ぶ



キープ・ディスタンス!

髪が長い人は、  
検診・検査の邪魔に  
ならない髪型にしておく

目にかからないよう  
前髪はピンで留めるか、  
短く切る

耳が  
隠れない  
ようにする



髪は低い位置で結ぶ  
(×おだんご、×ポニーテール)

忘れ物をしない  
ようにする



保健調査票や  
尿検査は  
提出日を守る



検診・検査の際に  
必要なもの  
(体操服、使っている人は  
メガネなど)を  
持ってくる





【内科】	はやし 林	きよたか 清剛	先 [林クリニック]
【眼科】	すえもり 末森	ひろみ 央美	先生 [やぐま眼科クリニック]
【耳鼻科】	すぎもと 杉本	りょうすけ 良介	先生 [高畑耳鼻咽喉科]
【歯科】	ふくなが 福永	じょうい 常偉	先生 [レモン歯科]
【薬剤師】	あぜち 疇地	おさむ 修	先生 [オートバシドラッグ]

健康診断時には、感染症対策に気を付けて行います。みなさんも協力をお願いします。



## こんなときは 保健室へ

保健室は、学校でけがをしたり、体調が悪くなったりした場合に応急処置を行う場所です。また、健康診断や、健康に関する相談を行ったりする場所でもあります。

お互いに気持ちよく利用することができるよう、【山王中保健室利用のルール】を守りましょう。

### 外科的な訴え

すり傷、切り傷、鼻血、打撲、捻挫、つき指、やけど等



### その他

相談したいことがある、身長や体重を測りたい、心や体、健康について知りたい・学びたい等

### 内科的な訴え

頭痛、腹痛、倦怠感、吐き気・嘔吐、貧血、寒気等



### 入室前に

- ☆ けがや体調不良のときでも、できるだけ放課中に入室しましょう。
- ☆ 教科担任（放課中は次の授業の教科担任）か、学年の先生に必ず知らせてから、入室しましょう。
- ☆ 保健室に入室前に、廊下で検温とアルコール消毒をしてから入室しましょう。  
→37.0℃以上の場合は、入口で知らせてください。

### 入室したら...

- ☆ 保健室の物品を使いたいときには、許可を得てから使用しましょう。
- ☆ 保健室では、当日のけがのみ応急処置を行います。  
→翌日以降は、家で手当てをしてから登校するようにしましょう。
- ☆ 保健室には内服薬がありません。  
→持病などで薬が必要な人は、自分に合ったものを持参しましょう。
- ☆ 保健室に西脇が不在の時は、職員室に呼びにきてください。  
→西脇が病院引率等でいないときは、他の先生に対応してもらいましょう。

## 毎朝の健康チェックを 忘れずに!

- <登校前> 毎朝、検温を忘れずに。
- <登校後> 教室で、「健康チェックカード」に今日の体温、体調を記入。

