

ほけんだより 4月

令和3年4月8日 No.1
枚方市立杉中学校 保健室

☆☆入学・進級おめでとうございませ〜☆☆

心地よい緊張感の中、新年度が始まりました。
今年度は、4月から学校がスタートできて、とても嬉しく思います。
新しい友だち、新しいクラス、新しい先生。不安や緊張でドキドキしている人も多いと思いますが、少しずつ自分のペースをつかんで、慣れていってくださいね。
「心とからだを大切に。自分自身を大切に」
毎日を健康に過ごしましょう♪

学校医の先生方を紹介します！

今年度、お世話になる学校医の先生方です。みなさんの心身の健康のため、さまざまな面からサポートをしてさせていただきます。これから始まる健康診断でもみなさんの体を診てくださるので、検診の前にはきちんとあいさつをしましょう。



- 内科：松谷之義先生、栗本修次先生
- 眼科：渡邊敏夫先生
- 歯科：青島健司先生、北川敏夫先生、渡辺正律先生
- 耳鼻科：山本博史先生
- 薬剤師：柳村恵子先生

養護教諭の 濱田・高畑 です

みなさんが毎日元気で楽しく過ごせるように、また心も体も健やかに成長していけるように、保健室から精いっぱいサポートします。よろしくお祈いします。

健康診断が始まります

自分のからだを知るチャンス

裏面に健康診断の日程と対象になる学年を載せていますので、確認しておいてくださいね (^ ^)

* 問診票の提出 忘れずに *

※保護者の皆様へ※

- 新年度、保健関係の書類をたくさんお渡ししています。お手数ですが、必要事項をご記入のうえ、期日までにご提出くださいますようお願いいたします。
- 学校での事故による病院搬送、早退時の連絡等のために、緊急時の連絡先につきましては、必ず保護者に連絡がとれる勤務先等の名称及び自宅の電話番号、携帯の電話番号等の記入をお願いいたします。
- 発熱やかぜの症状がある、体調に不安のある場合は無理に登校させず、自宅で療養していただきますようお願いいたします。登校後に体調不良の訴えがあった場合、ご提出いただいている連絡先に連絡の上、早退の対応をとらせていただきます。また、連絡がつかなくても一人での帰宅が可能な場合、早退することがあります。自宅の鍵を持たせるなど、ご家庭での配慮をお願いいたします。

▶ 保健室を利用するときのお願い

- 感染症対策のため、体調不良の場合は原則早退してもらいます。保健室で休養して、授業に戻ることはできません。
- 保健室に来室するときは、職員室で必ず担任か学年の先生に伝えて、「保健室入室カード」をもらってきてください。
- 急を要する場合を除いて、休憩時間中に来室してください。
- 自分の症状を、なるべく具体的に説明してください。
- 保健室は病院や薬局ではないので、薬はありません。薬が必要な人は、自分で薬を持ってきておいてください。
- けがをした場合、保健室では応急処置しかできません。翌日以降の消毒や湿布の貼り替えは、おうちで行ってください。
- 保健室にあるものは、声をかけてから使ってください。

みんなが利用する保健室です。たくさんのお祈いがあります、お互いが気持ちよく過ごせるよう、マナーを守って利用してください (^ ^)

「また健康診断？」「どうせ同じこと調べるんでしょ」なんて思っている人はいませんか？

健康診断は毎年ぐんぐん成長するみなさんの体の様子を知るために行います（身体計測）。また勉強や運動にみなさんが十分な力を発揮できる状態かも調べます（視力・聴力検査、運動器検査）。他にも、体の不調につながる病気があれば早く見つけることも大切な目的です（眼科・歯科・耳鼻科・内科検査、心電図、尿検査）。

自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすることにつながります。自分の体を大切にして、健康な生活を送るために——。

今年の健康診断もしっかり受けましょう

続けてがんばろう

感染症対策

昨年度から行っている感染症対策、もうみなさん習慣化されましたね。こまめな手洗い・消毒、マスクの着用、健康観察カードを用いての体調チェック、部屋の換気 など…。
もしかしたら、少し気持ちがゆるんでいる人もいられるかもしれません。新年度、心機一転、みんなががんばっていきましょう！！