

# Cheer up!

美東中学校保健だより

## 4月号

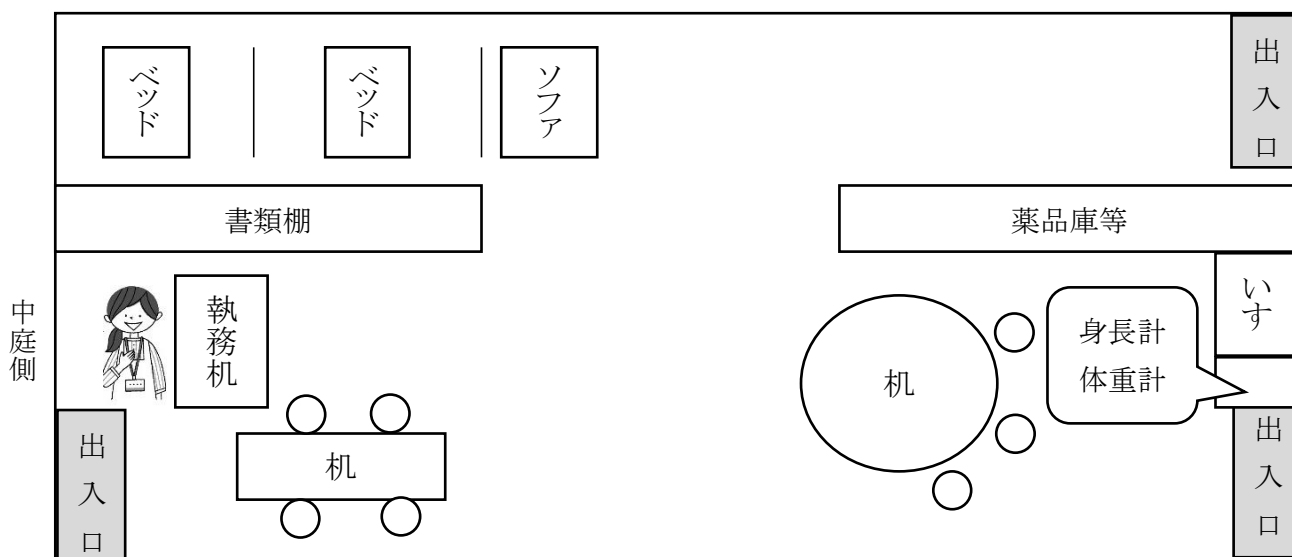
学校保健目標:心身の健康に関心を持ち、自他の健康について考え、健康な生活を実践しようとする生徒の育成



美東中学校のみなさん初めまして。養護教諭の清水和佳奈です。出身は静岡県で、富士山のふもとで過ごしました。山口県のこともみなさんのことも、いろいろ教えてくださいね。今年度、みなさんと一緒に過ごすことができることがとても嬉しく、楽しみです。保健だよりのタイトル「Cheer up(がんばれ! 元気を出して!)」にあるように、みなさんの学校生活を保健室から全力サポートしていきます。よろしくお願いします。

### ～保健室の紹介～

相談室側



### ～保健室利用のルール～

多目的ホール側

保健室は、けがをしたときや具合が悪くなったとき、相談したいことがある場合、体や心について勉強したいとき、委員会活動のときなど、ルールを守り、誰でも・いつでも利用できる場所です。

- 保健室に来るときは、必ず担任の先生、または教科担当の先生に伝えてから来ましょう。
- 保健室入退室時もあいさつをしましょう。学年・名前、どのような用件で来たかを伝えてください。
- 保健室では休んでいる人もいます。静かに過ごしましょう。
- 保健室での休養は原則1時間です。1時間休養しても体調が良くならない場合には、担任の先生等と相談した後、早退の判断をとります。
- 保健室を利用して教室に戻るとき、「処置カード」を次の教科の先生に渡しましょう。
- 保健室に内服薬はありません。偏頭痛や生理痛などがある生徒は、家庭から薬を持参しましょう。
- 家庭でのけがは手当できません。日を超えての継続的な処置も行えません。

### ～お知らせ～

今まで生徒に配付していた「体温記録表」ですが、4月から記録や提出の必要はありません。しかし、引き続き、朝の検温や健康観察は必ず行い、健康管理に努めるようお願いいたします。

〓 始まります！ 〓



## なぜ健康診断をする？ なぜ大切？



- 目的1** 身体の発育や発達の様子、健康状態を調べること
- 目的2** 病気や異常を早期に発見して、早期治療につなげること
- 目的3** 自分の体のことを知り、感心をもつきっかけになること
- 目的4** より健康になるための課題に取り組むこと

### 4月

月	火	水	木	金
17	18	生理中の生徒は2次検査で提出します。その生徒は事前に保健室まで伝えてください。朝8時までに、指定の場所に提出してください。		21
24	25	26	27	眼鏡を持っている人は持参しましょう。各会場を静かに回しましょう。
	・尿検査①(全員) ・歯科検診①(3年) 13:30	・尿検査① 		

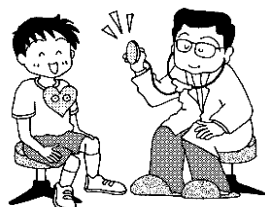
### 5月

月	火	水	木	金
8	9	10	11	12
		・歯科検診② (2・3年) 13:30	当日、必ず歯をみがきましょう！	
15	16	17	18	19
		・尿検査② (1次未提出者、1次の再検査者)	・尿検査② 	
22	23	24	25	耳そうじは、耳の入り口をぬぐう程度でよいです。
・内科検診① (1年) 13:00 			・耳鼻科検診 (全員) 14:45	
29	30	31	6/1	2
		眼科検診(全員) 14:35	・心電図検査(1年) 10:10	

### 6月

月
5
・内科検診② (2・3年) 13:00

#### ▶ 学校医の先生方



- 内科校医・・・吉崎 美樹先生(吉崎内科病院)
- 歯科校医・・・橋本 正明先生(はしもと歯科)
- 眼科校医・・・山口大学病院より
- 耳鼻科校医・・・山口大学病院より
- 学校薬剤師・・・藤野 優子先生(マユサン薬局)