

ひだまり

滑川市立滑川中学校
保健室だより
平成31年度4月号

1年生を迎えて、新しい学年がスタートしました。新しい生活に慣れるには、まず、生活のリズムを整えることが大切です。健康に過ごせるように、また、自己管理能力が高まるように、自分の体と心に関心をもって欲しいと思います。保健だよりでは、そのための情報をたくさん伝えていきます。家庭への大切なお知らせも載せますので、毎月必ず見てくださいね！

養護教諭の
朝倉由香理
です

よろしくお祈りします

定期健康診断が始まります！

健康診断は、みなさんが、この1年間、元気に活動することができるかどうか、また、健康に活動するためにどんな配慮が必要かを知るための大切な検査です。検査を受ける時には、それぞれの検査の目的を理解して受け、治療が必要な場合は、結果を必ず家の人に見せ、早めに受診をしましょう。日程は右のとおりです。提出物などは期限を守り、遅れないようにしましょう。

お世話になる学校医の先生です



内科 打田先生（打田内科）
林先生（吉見病院）
高田先生（加積クリニック）
歯科 安田先生（やすだ歯科）
辻先生（辻歯科）
網谷先生（網谷歯科）
眼科 石坂先生（石坂眼科医院）
耳鼻科 長崎先生（長崎耳鼻科医院）

健康診断の日程をお知らせします

4月 8日（月）身体測定（2・3年生）
9日（火）身体測定（1年生）
17日（水）尿検査1次（全校：18日予備日）
18日（木）心臓検診（1年生）
19日（木）内科検診（1年1～3組）
22日（月）内科検診（1年4～6組）
24日（水）歯科検診（2年生）
尿検査2次（対象者：25日予備日）
25日（木）歯科検診（1年生）
26日（金）歯科検診（3年生）
5月 20日（月）耳鼻科検診（3年・1年1～3組）
22日（水）耳鼻科検診（2年・1年4～6組）
27日（月）内科検診（3年1～2組）
28日（火）内科検診（2年1～3組）
29日（水）内科検診（2年4～5組）
30日（木）内科検診（3年3～5組）
6月 6日（木）眼科検診（全校）



インフルエンザや感染性胃腸炎、麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎等は学校保健安全法により主治医の許可があるまで出席停止扱いとなります。その際は速やかに学校へ連絡をしてください。また、登校する際には医師の許可が必要となります。登校許可書は学校へ取りに来られるか、ホームページからダウンロードしてください。



新しい学校や慣れないクラスで緊張している、あなた。あいさつをして、心をほぐしていきませんか？

保健室の 利用の仕方

保健室に来室したい時は、担任や学年の先生に申し出て、「保健室来室カード」にサインをもらって来てください。（緊急を要する場合は除く）また、保健室は具合の悪い人やけがした人が休んだり処置を受けたりするところです。マナーを守って、みんなにとって気持ちよく利用できる場所にしていきましょう！

こんなとき、来てください

●ケガをしたとき



●からだのぐあいが悪くなったとき



●からだについて知りたいとき



●相談したいことや悩みがあるとき



けがをした翌日以降の傷や、自宅でのけがは処置をしません！

保健室では、薬はあげることができません！



みんなの保健室
キーワードは「思いやり」

保健室で休んでいる人のために



ちょっと声の大きさを
控えめにする思いやり。

次に使う人のために

借りたものは
ていねいに使って、
早めに返す思いやり。



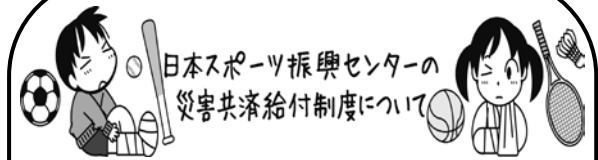
今、本当に保健室を 必要としている人のために



緊急ではないときは、
先に譲る思いやり。

「みんなにとって居心地のいい保健室」

をキープするために、
あたたかい思いやりをお願いします。



日本スポーツ振興センターの
災害共済給付制度について

学校管理下（授業中、部活動、登下校、宿泊学習など）での災害や事故は、原則として、日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度を利用してください。滑川市の医療費助成制度は使用せず、一旦、窓口で治療費を支払ってください。

<対象>

健康保険証・共済組合員証の適応範囲で、総額治療費（治療までにかかる金額のことで、月をまたいで合算してもよい）が、5000円以上（保護者支払いが1500円以上）のもの。

* 保護者支払い総額が1500円未満の場合は、領収書等を滑川市役所こども課に持参すると、返金されます。

また、交通事故等第三者行為に係る医療費等は医療費助成対象外です。



保健室を紹介します

じょうずに利用してくださいね



こんなとき、保健室に来てください

授業中に体調が悪くなった



- ・担任の先生に伝えてから来てください
- ・熱を測り、具合が悪くなった理由を一緒に考えましょう

からだのことを知りたい



- ・身長や体重は、休み時間や放課後に測れます
- ・からだや健康について学べる本もあります

ケガをした



- ・泥で汚れていたら、洗ってから来てください
- ・保健室では、最初の応急手当をします

相談したいことがある



- ・保健室の先生に話したいことがあれば、言ってください
- ・からだのこと、悩み相談、なんでも聞きます

こんなこと、保健室ではできません

頭いたい～
薬ちょうだい



保健室には、飲み薬も目薬も置いていません

ばんそうこう、はりかえて～



保健室では最初の手当をします。次からはおうちや病院でしてもらいましょう

眠いから寝かせて～



保健室のベッドは具合が悪い人が休むためのものです

保健室のマナー 3つ

- 1 保健室では静かにしましょう
- 2 いつから・どこが・どんなふうに・どうして、を話してください
- 3 保健室のものは勝手に触ったり、持ちだしたりしないでください

