

ほけんだより 4月

2023.4.7
No.1
小野中学校
保健室



お世話になる校医の先生方です！

- 校医 坪田 徹先生 (西本町 つばた小児科医院)
- 歯科校医 森岡 佳樹先生 (黒川町 森岡歯科医院)
- 眼科校医 小林 定男先生 (敷地町 小林眼科)
- 耳鼻科校医 平出直也先生 (神明町 平出医院)
- 学校薬剤師 松原 ひろみ先生 (中町 松原薬局)

入学・進級おめでとうございます

新しい環境、新しい友達にワクワク、ドキドキの人が多いと思います。張り切りすぎて疲れてしまわないように、規則正しい生活と自分のペースで新しい生活をスタートさせてください。保健室は小野中学校のみなさんが元気に学校生活を送れるように体と心の“元気”をサポートしていきます。



忙しい4月、元気のもと... やぱり早寝早起き、朝食、睡眠

relax healthy breakfast nutrition early rising sleep

欠席するときは必ずご連絡ください
TEL 63-2720

定期健康診断が始まります！！

海外の学校ではみんなそこの健康診断はとめめずらく「健康管理は個人・家庭で」の所がほとんどです。治療が必要な病気を見つけるだけで「自分の今を知り、今後どのようなことに気をつけたいか」を学ぶ機会です。先生達も毎年受けています。

- 4月11日(火) 身体測定(8・9年)
- 4月12日(水) 身体測定(7年)
- 4月13日(木) 心電図検査(7年)

- 4月20日(木) 内科健診(9年)
- 4月26日(水) 尿検査(全員)



日本スポーツ振興センター 共済制度について

学校の管理下(登下校、休日の部活動、宿泊行事等)でケガをされて病院にかかった場合、給付金が出ます。小野市の子ども医療費受給者証は使用せず、大人と同じように窓口で3割お支払いいただき4割給付されるシステムです。受診する場合はお知らせください。今年度保護者負担金はありません。同意書のご提出をお願いします。

4月、右の日程で健康診断があります

身長・体重 バランス良く伸びて成長しますか？

心電図検査 10秒〜20秒間動きを止めます。心臓の伝達系の働きをチェックします。

内科健診 皮膚、骨格をはじめ呼吸音や心音などトータルに診ます

聴力検査 音が聞こえているか調べます。

歯科検査 歯、歯肉、口の中に異常がないかを診ます。むし歯は、もちろん、歯肉炎、歯ならび、咬み合わせもチェックします。

眼科健診 見お時の目の動き向きをチェックします。めがねとコンタクトはそのままOKです。

視力測定 視力がどのくらいか調べます。

色覚検査 色の見え方をチェックします。

耳鼻科健診 中耳炎、アレルギー性鼻炎、扁桃腺炎などの有無を診ます。髪の毛は束ねてください。

保健室利用について

1時間休養を原則とします。症状が良くなる場合、家庭連絡します。

感染症の疑いがある場合、休養できません。

軽いやがの応急処置はできません。どうかたのめか話してください。

気分がすくれない人もいます。静かに来てください。

飲み薬はありません。必要な場合は家から持参して担任に伝えてください。

尿検査 尿中のタンパク質、糖、血液の成分がないか調べます。腎臓の働きを知るストーンングです。

モアレ検査 背骨のねじれ、曲がりを写真にて検査します。

運動器健診 内科健診と合わせて行います。腰や首、肩の痛みや動きを診ます。問診とアンケートが大切です。忘らず提出しましょう。

結核問診

保健室は2名の養護教諭で対応します。

藤田道子 (小野特別支援学校からの異動)

大貫美樹 (三木市からの異動)

どうぞよろしくお願ひします。

2人で協力して小野中の“元気”をバウアップします