

ほけんだより 4月



入学・進級おめでとうございます。初々しい1年生をおかえて、新年度が始まりました。

新しい仲間と元気にスタートできるよう応援しています。また、疲れの出やすい時期でもあります。体調の変化に気をつけながら過ごすようにしましょう。

<健康診断の予定>

項目	日時	対象学年
身体計測	4月13日(月)2・3時間目	全学年
尿検査	4月15日(水) (予備日:4月22日(水))	全学年
心電図検査	4月22日(水)13:10~	小1・4年、中1年、高1年生
結核検診	4月16日(木)13:10~	高等部1年生

*無地のTシャツ、肌着は着用したまま受診可(*プリント、刺繍、ボタン等は×)

眼科検診	5月18日(月)10:00~	全学年
耳鼻科検診	5月28日(木)13:00~	全学年
歯科検診	6月4日(木)13:00~	全学年

*検査・診察は、男女別とし、プライバシーや心情に配慮した個別の検査、診察スペースを用意します。

*検査機関の都合上、尿検査は、4月15日(水)当日に、可能な限り、ご提出をお願いいたします。

*その他、ご家庭での準備等、よろしくをお願いいたします。

けんこうしんだんは、なんのため?

しらべる

びょうき・いじょうがないか



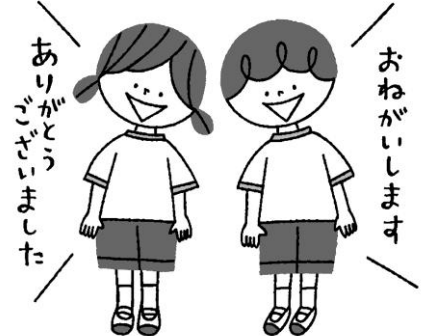
しる

からだのせいちょうのようす



まなぶ

からだ・こころ・けんこうについて



裏面に続く



健康診断

なにをしらべる？

なんのため？



今月から健康診断がはじまります。1年生のみなさんはぜひ、おうちの人といっしょに読んでみてください。2年生以上のおみなさんはおさらいとして読んでくださいね。



なにをしらべるの？

★**身体計測**
身長・体重から、成長の様子はどうか

★**歯科**
歯やあご、歯肉(歯ぐき)に異常や病気がないか

★**視力**
目がどのくらい見えているか

★**内科**
心臓や肺、骨・皮ふの様子、栄養がとれているか



★**聴力**
耳がどのくらい聞こえているか



★**耳鼻科**
耳・鼻・のどに異常や病気がないか

★**結核**
「結核」という病気のうたがいがないか

★**運動器**
手や足、骨・関節などに異常や病気がないか

★**眼科**
目や目のまわりに異常や病気がないか

★**尿**
腎臓病や糖尿病などのうたがいがないか

なんのためにしらべるの？

- ◎からだの状態や成長の様子がわかる
- ◎異常・病気を早く見つけれられる・早くなおせる
- ◎自分のからだについて知り、興味もてる
- ◎健康に生活するための目標がわかる



1日の始まりに！健康チェック

1日を健康に過ごすために朝、体調などをチェックしてみましょう。

- 朝ごはんを食べることができたか(食欲はありましたか)？
- 頭が痛い、おなか痛いなどの不調はありませんか？
- 熱は高くないですか？
- おなかがこわいていませんか？
- のどの痛みやせき、くしゃみなどはありますか？
- からだはだるくないですか？

医療的ケアについて

○臨時薬(風邪薬 や目薬 など)について

- ① 医療的ケアの申請をされている場合
 - ・主治医の先生から処方の場合
臨時薬と処方箋、薬の説明書、お薬手帳などの写しを提出。
また、連絡帳等で学校へお知らせください。
 - ・主治医の先生以外からの処方の場合
「臨時薬実施依頼書」と処方箋などの写しを提出。
- ② 医療的ケアの申請をされていない場合
「臨時薬実施依頼書」と処方箋などの写しを提出。
- ③ 災害時のみ医療的ケアが必要な場合(朝夕の薬 など)
「臨時薬実施依頼書(大規模災害時等)」と処方箋などの写しを提出。



*書類は、保健室にありますのでご連絡ください。
また、①②については、学校ホームページにも掲載していますので、ダウンロードしてお使いください。その他にも、医療的ケアについて質問等あれば、保健室へご連絡ください。
参考資料：東山書房「健康教室」・日本学校保健研修社「健」