



入学・進級おめでとうございます。風はやさしく、日ざしはあたたかくなってきました。新年号も決まり、いよいよ新しい学年が始まります。休み明けや、慣れない環境は自分が思っているよりも疲れるものです。特に4月は年度初めで忙しい時期でもあります。疲れをためないためにも休む時間をしっかりとるようにしましょう。何をすることも健康が基盤になります。新年度を楽しく元気に過ごせるように、保健室からもみなさんの健康づくりを精一杯サポートします。

健康診断のお知らせ

月日	保健行事	持ち物
4月9日	身体測定	夏の体操服上下
4月25日	内科・結核・運動器検診	夏の体操服上下
4月25・26日	尿検査	容器等は前日に配付します。

健康診断を受けるときのルール

- * 学校医の先生には「よろしくお願ひします。」「ありがとうございました。」を必ず言ひましよう。
- * 検診中に他の人が大きな声で話してゐると診察の邪魔になります。検診中は静かに待機ましよう。

健康診断の目的は

健康面の問題をスクリーニング

健康面の問題や病気の疑いがないかを調べます。これをスクリーニングと言ひます。もし「疑ひあり」の結果が出たら、早めに病院でみてもらひましよう。



自分の成長について知る

からだがバランスよく、順調に成長してゐるかを調べます。生活習慣病につながる肥満や、ダイエットによるやせすぎがあるときは、食生活について考へたり、運動の習慣をつけるきっかけにましよう。



自分のからだに関心をもつ

自分のからだや健康に関心をもつきっかけにしてほひいです。そして毎日の生活の中で、そのことを生かしてましよう。



★学校の健康診断では、こんなことを調べます!

- 身体計測** 身長、体重など体の成長の様子
- 内科検診** 栄養がとれてゐるか、心臓や肺の音、骨や皮ふの様子
- 運動器検診** 骨や関節、筋肉に異常や病気がないか
- 眼科検診** 目や目のまわりに異常や病気がないか
- 歯科検診** むし歯がないか、歯肉や歯垢の状態、歯ならび
- 耳鼻科検診** 耳・鼻・のどに異常や病気がないか
- 結核検診** 「結核」という病気にかかてゐないか
- 視力検査** 目がどのくらい見えてゐるか
- 聴力検査** 耳がどのくらい聞こえてゐるか
- 心電図検査** 心臓のはたらきに異常がないか
- 尿検査** じん臓病や糖尿病にかかてゐないか



今年お世話になる 学校医の先生方です

学校医の先生は、みなさんの健康を守るために、健康診断の他にも、さまざまな健康面のサポートをしてくださいます。また薬剤師の先生は、みなさんが快適に過ごせるように環境や衛生面などのサポートをしてくださいます。

- 内科医** 成川暢彦 先生
- 歯科医** 西島真人 先生
- 耳鼻科医** (和医大) 先生
- 眼科医** 應地正章 先生
- 薬剤師** 柳智津子 先生

先生方にお会ひしたら気持ちのいいあいさつを



保護者の方へ ～「災害救済給付制度」について～

「災害共済給付制度」とは、お子さんが学校の管理下でけがなどの災害に遭った際に、独立行政法人日本スポーツ振興センターに申請することで、保護者に給付金（災害共済給付）が支払われる制度です。

▲給付対象となる「学校の管理下」の範囲

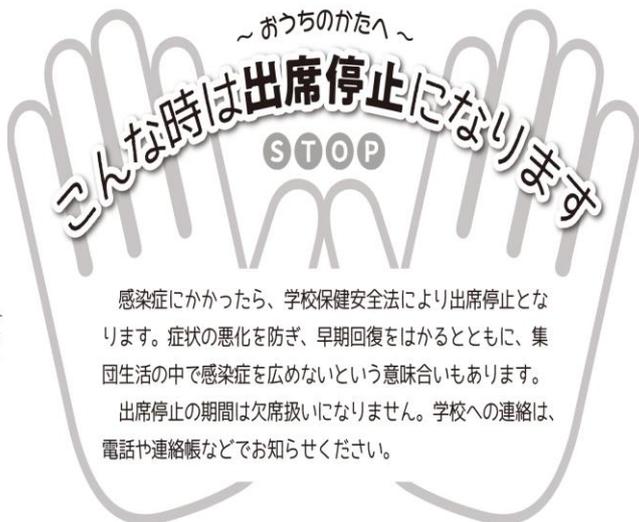
授業（遠足、修学旅行など含む）、学校行事（部活動、林間学校など含む）、休み時間、登下校中など

▲給付対象となる「災害」の範囲

負傷（捻挫、骨折など）、疾病（食中毒、熱中症など）、障害（負傷や疾病で後遺症が残った場合）、死亡



負傷・疾病では、医療費総額が5,000円（本人負担1,500円）以上で給付対象となります。なお、申請には受診した医療機関での証明として「医療等の状況」が必要になります。より詳しい内容やご不明な点は学校、保健室までお問い合わせください。



感染症にかかったら、学校保健安全法により出席停止となります。症状の悪化を防ぎ、早期回復をはかるとともに、集団生活の中で感染症を広めないという意味合いもあります。

出席停止の期間は欠席扱いになりません。学校への連絡は、電話や連絡帳などでお知らせください。

⊖ 出席停止となる主な感染症

インフルエンザ、百日咳、はしか、おたふくかぜ、風しん、水ぼうそう、プール熱、結核、髄膜炎菌性髄膜炎 など



— あなたの健康なときの身体はどんな様子ですか？ —

新年度が始まりましたが、生活リズムは整えられていますか？環境の変化、季節の変化、色々なことで体調を崩しやすい時期です。自分の異変にすばやく気づくためには、普段の自分の状態を知っておくことも大切です。平熱は何度ですか？顔色はどうですか？爪の色はどうですか？血圧はどのくらいですか？健康を自己管理していくためには、まず「自分を知る」ことから始めましょう！

ほっと一息 まちがいさがし⑦（7つのまちがいを探してね♪）



答えは保健室前掲示板を確認♪