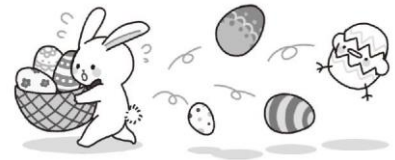


ほけんだより 4月号



新年度がスタートしましたね。新しい学年、新しい友だち……。たくさんの「新しい」に出会うみなさんは、わくわくドキドキ、心が忙しい毎日ではないでしょうか？早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。『あせらず』『ゆっくり』『少しずつ』慣れていってください。保健室からも皆さんのことを応援しています。

★健康診断が始まります★

日にち	検診項目	時間	場所
4月8日(木)	内科検診(2年生)	3~6限	保健室
4月12日(月)	X線・心電図(1年生)	午前中	検診車・会議室・マーケ室
4月15日(木)	内科検診(1年)	1~4限	保健室
4月21日(水)	尿検査1次(全学年)	ST終了後まで	各教室回収
4月22日(木)	内科検診(3年生)	1~4限	保健室
4月26日(月)	眼科検診(全学年)	5・6限	保健室
4月27日(火)	尿検査1次(全学年)	ST終了後まで	各教室回収
4月28日(水)	眼科検診(全学年)	5・6限	保健室
4月30日(金)	体力テスト・身体測定 (全学年)	2~4限	各検査場

★ 内科検診については体操服(上服ジャージ)、X線・心電図検査については、体操服(半袖及び上服ジャージ)が必要になります。忘れずに持ってきてください。

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います。もし「疑いあり」の結果が出たら、早めに病院でみてもらいましょう。



自分の成長について知る

からだのバランスよく、順調に成長しているかを調べます。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、食生活について考えたり、運動の習慣をつけるきっかけにしましょう。



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たいです。そして毎日の生活の中で、そのことを生かしていきましょう。

学校管理下でケガをしたとき 災害共済給付金 を利用できます

学校の管理下でケガをして受診した場合、日本スポーツ振興センターに申請すれば、災害共済給付をうけられます。
医療費の自己負担分の総額が、1,500円以上であることが要件です。専用の申請書類をお渡します。治療を始めたら、すぐに保健室までお知らせください。



学校の管理下とは？

授業中、運動会、遠足、部活動、修学旅行、林間学校、水泳指導、休み時間、登下校中 など

保健室より

養護教諭の伊東美穂子と長谷川麻里子です。保健室は誰でも利用できる場所です。みなさんのからだと心の健康をサポートしていきます。気軽に声をかけてください。