

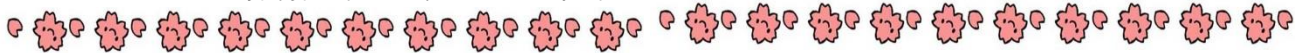
ほけんだより

南犬飼中保健室
No.1 令和5年4月



ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい環境、新しい先生、友達など、新しいことに囲まれるこの時期は、自分が感じている以上に、心身のつかれをよび込みます。自分の健康状態をよく確認して、睡眠時間を確保し・・・オーバーペースにならないように気を付けながら、元気にスタートを切ってください。

さて、4月より健康診断が始まります。提出物等もたくさんありますので、協力をお願いします。また、保健だよりを通して、いろいろな健康情報を発信していきたいと思います。ぜひ読んでみてください。保健室を担当するのは、養護教諭の大柿です。1年間よろしくをお願いします。



健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンス。事前のお知らせをよく読んで積極的に受けましょう。

- 4月12日(水)身体計測・視力(全校生)
聴力(1・3年生)
21日(金)腎臓検診(尿検査)全校生
27日(木)内科検診 13:30~(3年)
- 5月8日(月)心臓検診 9:00~(1年)
11日(木)内科検診 13:30~(1年)
18日(木)内科検診 13:30~(2年)

本校の学校医の先生方を紹介します。
よろしくお願いします。

学校医 荒川 博 先生
歯科医 福田 貞男 先生
薬剤師 伊藤 麻奈美 先生



尿検査2次・歯科検診・貧血検査(2年)は6月に予定しています。

★保健室の利用について 詳しいことは教室に掲示しますので確認してください。

- ①けが、病気の継続的な治療はできません。
 - ②原則として1時間以上ベッドで休養することはできません。(休養後は、授業を受けるか早退するか決めることになります。)
 - ③体のこと、友達や家族のことなど、どんな小さなことでも心配や悩みがあれば相談に来てください。
- ※原則として休み時間を利用すること。授業時間中は、担任又は教科担任から保健室に校内電話で連絡してもらってから来てください。

～ご協力をお願いします～



★健康診断について

保健行事が続き、提出物がたくさんあります。お手数をおかけしますが、ご協力をお願いします。また、各検査の結果は、異常があった場合にはその都度お知らせしますが、その他については学期末にまとめて配付します。(歯科検診については、全員配付となります。)

内科検診に脊柱胸郭の検診以外に腰、腕、足の状態もみる運動器検診があります。問診票記入の際に、違和感や痛みがある場合には記入してください。また、「痛みがあるが運動はできる」場合には内科検診を待たずに早めの受診をお勧めします。

○色覚検査について

希望がある方には色覚検査を実施します。希望のある方は担任、養護教諭にお知らせください。なお検査はスクリーニング検査となりますので診断することは出来ません。診断は専門医受診となります。

★感染症対策について

自宅で体温を測定するなど、朝の健康観察をお願いします。発熱や喉の痛み、咳がある場合には「感染症予防のため」の出席停止になります。(早退扱いにもなりません。)無理せず休養することをお勧めします。

マスクの着用については、個人の判断を尊重していきませんが、本校では、校舎内で行う授業等は「マスクの着用を推奨」校舎外では「マスクの着用なしを推奨」していきます。ご理解ご協力をお願いします。

※出席停止やマスクの扱いについては、今後、法律の改正等により変更になる予定です。その際はお知らせします。よろしくお願いします。

★裏面に身体計測・視力・聴力・内科検診の受け方について載せてあります。確認してください。

検査の 受け方

学年ごとの実施になります。

～感染対策をしながら、速やかに正確な検査ができるように考えて行動しましょう～

身長⇒体重の順に測定

◎服装 体育着（半袖・ハーフパンツ）

・身長

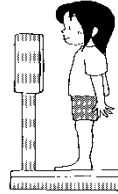
靴下をぬぐ。
顎を軽く引き、目と耳の位置が水平になるようにする



★髪を結ぶ位置に注意。後ろに結ぶと身長が正確に測れません。

・体重

両かかと・おしり・背の一部を柱につける



中央に静かに立つ

●どの検査でも自分の順番になったら名前を言うのを忘れずに！

聴力（1・3年）

- ・イヤホン（ヘッドホン）を耳に当てる
- ・音が聞こえている間はボタンを押す。
- ・担当の先生の指示に従い測定する

★騒がしいと検査ができません。

聞き取りにくい場合には別日に再度個別に検査をします。



視力

- ・メガネを使用している人は持参する。
- ・日常コンタクトを使用している人も、できれば当日はメガネを使用する。（裸眼視力を測定するため）
- ・コンタクトレンズを使用している人やアルコールアレルギーの人は申し出る。
- ・右目（メガネ）⇒左目（メガネ） 右目（裸眼）⇒左目（裸眼）の順に測定
担当の先生の指示に従い測定する。

検査結果の見方

- A・・・1.0以上 学校の生活をするのに十分な視力。
- B・・・0.7～0.9 学校の生活で、たまに困ることがある。
- C・・・0.3～0.6 教室の後ろから黒板の文字が見えにくいことがある
- D・・・0.2以下 教室の前列でも黒板の文字が見えにくい視力。

メガネを忘れた場合等は、別日に再度、保健室で測定します。
声をかけますので協力してください。

内科検診（内科検診ではマスクの着用をお願いします）男女別出席番号で行います

- ①保健室前で手指のアルコール消毒をする。
- ②立って順番を待つ。1人終わったら前につめる。（保健室に入るのは3人）
- ③男子は次の番になったら上半身裸になる。（体操着は自分で持ち、校医の前の椅子に置く）
女子は半袖体操着の上から検診する。
- ④自分の順番になったら、
医師の方を見て前屈→椅子に座る→胸・背中中の聴診→医師に背を向けて前屈
→運動器問診票に記入があった場合はその項目を実施



問診票に記入
があった人



- ⑤終わったら速やかに退出。（男子は体操着を着用してから） 1人出たら1人入る。