



4月のほけんだより



岡田

入学、進級おめでとうございます。

新しい環境や友達との出会いに胸を膨らませ、気持ちを新たにがんばっていることでしょう。でも新しい環境、新しい人間関係は、自分が思う以上に疲れます。規則正しい生活を心がけ、体調を整えましょう。

みなさんが充実した学校生活を送れるよう、健康面のサポートをしていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

健康診断が始まります！

健康診断は、みなさんの身体の成長の様子や、病気や異常がないかどうかを調べる重要な学校行事です。できるだけ欠席しないようにしましょう。

★健康診断の予定★

身体計測	4月12日(火)	全学年
耳鼻科検診	4月27日(水)	全学年
内科検診	5月10日(火)	1年生・2-1
	5月11日(水)	2-2・3年生
歯科検診	6月1日(水)	全学年
眼科検診	6月29日(水)	全学年
心臓検診	4月26日(火)	1学年
尿検査	未定(決まり次第お知らせします。)	

★お世話になる学校医・学校薬剤師の先生★

内科医	手塚 勇人 先生(手塚クリニック)
耳鼻科医	田代 昌継 先生(田代耳鼻咽喉科医院)
眼科医	堀 秀行 先生(ほり眼科クリニック)
歯科医	松井 隆幸 先生(松井歯科医院)
薬剤師	齋藤 悟 先生(賢方堂薬局)

★提出物提出期限★

4月15日(金)

保健調査票(全学年)
心臓病調査票(1年生)

お早めに提出してくださいませよう
お願いいたします。



保健室利用の約束

必要なときに必要な人が利用できるように、ルールを守って保健室を利用しましょう。



目的

- ・けがをしたときに応急手当をする。
- ・体の調子が悪いときに休養する。
- ・体や健康について学ぶ。
- ・心配事や悩みを相談する。



注意

- ・継続的な手当てはできません。家庭でしてください。
- ・休養は原則として1時間までです。
- ・内服薬は出せません。



ルール

- ・緊急時以外の来室は、休み時間を利用してください。また、授業中に来室する際は、必ず担任の先生または教科担当の先生に理由を伝えてから来てください。
- ・室内では静かにしてください。
- ・備品等に勝手に触らないでください。

保護者の方へ保健室からのお知らせ

学校でケガをしたときは

災害共済給付制度

を利用できます



総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払いが1,500円）以上が対象です。学校管理下でケガをして受診したときは、早めに保健室にお知らせください。

ご存知ですか？ 脳脊髄液減少症

脳脊髄液減少症とは、交通事故やスポーツ外傷等の後に、脳脊髄液が漏れ出し減少することによって、起立性頭痛（立位によって増強する頭痛）、頸部痛、めまい、倦怠感、不眠、記憶障害など様々な症状を呈する疾患です。

保護者のみなさまにおかれましては、事故が発生した後、生徒に頭痛やめまいなどの症状がみられる場合は、医療機関を受診されますようお願いいたします。

《参考》 栃木県内における脳脊髄液減少症 対応可能医療機関について

・栃木県ホームページ

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/e04/iryoukikan.html>

今年度も感染症予防対策をしっかりと！

- ★体調管理をしっかりとしよう。
- ★こまめに手洗い・手指消毒をしよう。
- ★マスクを着用しよう。
- ★身体的距離を確保しよう。
- ★こまめに換気をしよう。



レッツ・チャレンジ！
7つのまちがいさがし



↑↑↑ 答えは上河内中の HP「R4 保健だより4月」をご覧ください！

まちがいさがし 答え

