

ほけんだより 4月

宇都宮市立上河内中学校

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、気持ちを新たに張り切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たいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

岡田

4月の保健目標

健康診断をきちんと受けよう

養護教諭の岡田香です。
よろしくお願いいたします。



健康診断が始まります！

★健康診断の予定★

身体計測	4月10日(水)	全学年
耳鼻科検診	4月25日(木)	全学年
心臓検診(一次)	5月7日(火)	1学年
(二次心電図)	5月23日(木)	二次対象者
(二次X線)	5月28日(火)	二次対象者
内科検診	5月15日(水)	1-1~2-1
	5月20日(月)	2-2~3-3
眼科検診	6月12日(水)	全学年
歯科検診	6月19日(水)	全学年
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(腎方堂薬局)

健康診断に使用する保健調査票、結核問診票、
運動器検診問診票の提出をお願いします。



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、目的や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てをする。
- 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。家でしてください。
- 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、担任の先生または教科担当の先生に「〇〇のため、保健室に行きます。」と、必ず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。

出席停止について

次のような感染症にかかったときは、本人の十分な休養と早期回復、そして集団感染を防ぐために「出席停止」になります。

治って登校する際には、医療機関から「治癒証明書」をいただき、学校へ提出願います。

ただしインフルエンザの場合は、本年度より医療機関から渡される「インフルエンザ経過報告書」に保護者の方が記入し、登校する際学校へ提出していただくこととなります。詳しくは、インフルエンザの流行する季節になりましたら改めてお知らせします。

- ・インフルエンザ ・百日咳 ・麻疹（はしか）
 - ・流行性耳下腺炎（おたふく） ・風疹
 - ・水痘（みずぼうそう） ・咽頭結膜熱
 - ・結核 ・腸管出血性大腸菌感染症
 - ・流行性角結膜炎（はやりめ）
 - ・急性出血性結膜炎 ・その他の感染症
- ※ その他の感染症とは
条件によっては出席停止の措置が必要と考えられる感染症（溶連菌感染症など）

保健室での対応について

保健室では、医師などに引き渡すまでに症状を悪化させないための一時的な措置として応急手当てを行います。

★ 学校では内服薬を飲ませることはできません。生徒が自分で薬を管理できるようであれば、学校に持参して飲んでも大丈夫ですが、保護者の責任のもとに願います。目薬についても同じです。

★ 保健室での休養は原則として1時間です。1時間休養しても回復しない場合は早退となります。早退の場合は緊急連絡カードを使用し、ご家庭に連絡をしますようお願いいたします。

★ けがの場合は、応急手当ての範囲を超える医療行為や継続的な手当てはできません。

～ご協力よろしく願います。～

日本スポーツ振興センター 災害共済給付制度について

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度は、学校の管理下において、児童生徒がけがをした際、その医療費や見舞金を保護者の皆様に対して給付する制度で、全国の学校で加入しております。

本校でも万一の災害に備えて全員加入をお願いしています。

後日、1年生と転入生へ加入同意書を配付しますので、提出をお願いいたします。

2・3年生は昨年同意書をいただいておりますので提出の必要はありません。

掛け金460円は、全学年5月分の学校集金日に引き落としとなります。要保護、準要保護の生徒は無料です。

学校の管理下（授業、部活動、登下校等）でのけがで、療養に関する費用が5,000円以上（窓口支払い1,500円以上）の場合に給付が受けられます。

ただし交通事故、保険診療外で治療を受けた場合、学校外（クラブチーム等）でのけがは対象外です。

また、子ども医療費助成制度を利用した場合は調整した金額が給付されます。

給付の申請をする場合は、担任または部活動顧問までご連絡くださいますようお願いいたします。

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、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。

なおブラッドパッチ療法という治療が、平成28年4月から保険適用になりました。

＜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/iryokukan.html>