

平成26年 5月 1日 鬼怒中学校 保健室

新年度がスタートして1か月がたちました。「5月病」という言葉もあるように、忙しさや緊張で紛れていた疲れを感じる時期です。毎日元気に過ごせるよう、連休や土日を上手に使って、体と心をリフレッシュさせましょう。

今月の保健目標:自分のからだを知り、病気を早く治そう

5月の保健行事



実施日·曜日·時間	検診·検査	該当学年
8日(木)13:30~	心臓検診二次(胸部レントゲン)	1 年生該当者
12日(月) 朝	尿検査一次	全学年
15日(木) 9:00~	内科検診	2-4~2-6•3年生
16日(金)13:30~	心臓検診二次(心電図)	1年生該当者
20日(火) 朝	尿検査一次未回収の検査	該当者
28日(水) 8:15~	健康な歯模範生徒表彰及び講話	全学年
29日(木) 朝	尿検査二次	該当者



5月も、保健行事が続きます。 体調管理を十分にし、当日の検診が 受けられるようにしましょう。



尿検査について

尿検査は、尿中に「たん白」「潜血」「糖」が出ていないかを 調べ、腎臓病や糖尿病を早期に発見するための重要な検査です。

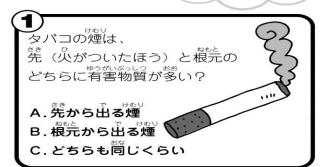
わすれずに

配付する注意事項をよくお読みいただき、必ず**12日(月)の早朝尿**を採り、 忘れずに持ってきてください。



Cost Cost





「タバコで簡単にやせられる!」
ウソ? ホント?
A.ウソ(変わらない)
B.体への害でやせる
C.逆にどんどん太る



小学生でも覚える?

ったんよく見かけるタバコの自動販売機

A. 買える B. 買えない

4)

C. おうちのお使いならOK

8... D... S. 8... S. A.

出典·健康教室 2014.5 東山書房

早期受診・早期治療のお願い

4月から実施している健康診断において、病気または疑いが見つかった際には「治療のお知らせ」をお渡しします。手元に届きましたら、必ず結果をご確認ください。そして、できるだけ早めに医療機関を受診し、経過・結果をお知らせください。

なお、受診しても「異常なし」となることがあります。 これは、学校での健康診断がスクリーニング"(病気・異常の 疑いがあるものを選び出す)であるためです。 ご理解・ご協力をお願い申し上げます。



1年生のみなさんへ

22日(木)~24日(土)は冒険活動です。休養と栄養をしっかり取り、元気に参加できるようにしましょう。そして、体調が悪い・気になる症状がある場合などは、早めに専門医を受診しましょう。