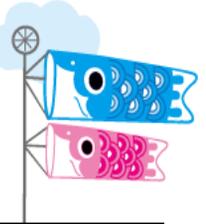


5月 保健だより

令和3年度
陽西中学校
保健室



今月の保健目標…
疾病異常の早期発見

新緑の季節になりました。

さわやかな風、青々とした若葉、そしてあたたかい日ざし。新しい学年にも慣れてきたようで元気に活動している姿が見られます。



疲れの出るころでもあります。今年のゴールデンウィークは5日間です。

十分な睡眠、休養をとるなど生活リズムを確認してみましょう。



今月も健康診断がまだまだ続きます。学年によって検診日や検診内容が変わりますので、自分の検診日をきちんとチェックしておきましょう。

今年度もソーシャルディスタンスなどの、感染予防対策を取って、実施しています。

保護者の方々へ

今年度も保護者のみなさま方のご協力により、現在定期健康診断が順調に進んでおります。検診の内容によっては、対象者に専門医受診をお勧めする書類をお渡ししておりますので、早めの受診をお願いいたします。また、受診後は治癒証明書のご提出も忘れずをお願いいたします。



今月の保健行事

- 10日(月) 心臓検診(二次) 心電図・心音図検査
1年対象者 13:30~
- 13日(木) 尿検査(一次) 全学年
8:30までに保健室に提出
- 14日(金) 内科検診 2年4~6組 13:30~
- 17日(月) 歯科検診 2年 13:00~
- 26日(水) 尿検査(二次) 該当者
8:30までに保健室に提出
- 28日(金) 眼科健診 全学年 9:00~
先月予定でしたが、延期となりました。



感染 予防



まだまだ新型コロナウイルスの感染が治まる様子は見られません。予防接種が回り始めたばかりです。もうしばらくは気を緩めずに。

感染予防対策が日常になるように、生活していきましょう。

マスクをつけよう



おんおん



※保健室から※

「しつれいします」と言ってから…

大きなけがを処置していたり、相談中かもしれません。クラスと名前も教えてください。早く覚えたいです。

先生に話してから来ます…

だまって来てしまったら心配します。

許可をもらってから来てください。

先生がいないときは入りません…

保健室には薬品や針など危険なものがあります。

「職員室にいます」など、入り口にどこにいるか表示してあります。

血のついたティッシュなどは自分で対応します…

保健室に手当て専用のゴミ箱があります。

気持ちよくあいさつ…

「ありがとうございました」という言葉は嬉しいものです。元気になって戻って行く姿は更に嬉しいです。

ケガは少しの注意でふせげます

新学期の緊張がほぐれてくる5月。疲れがどっとでたり、気がゆるんだりで、ケガも少し多くなります。こんなことに注意！

登下校中は

- × おしゃべりに夢中
- × 道路でふざける
- × 赤信号をムリにわたる
- × 車のかげから飛び出す

校舎や運動場では

- × ろうかを走る
- × そうじの時間にふざける
- × 遊具をまちがった方法で使う
- × つめがのびている

あとから後悔するより、ちょっとした注意でケガをふせぎましょう。

+ ケガをしたとき 保健室に行く前にできるかな +

すりむいた！

水道できれいに洗いましょう。汚れがついたままばんそうこうを貼ってはダメ

血が出た！

ハンカチやガーゼで強く押さえましょう。早く血が止まります

鼻血が出た！

小鼻をつまんで軽く下を向きましょう。上を向くと血がのどに流れて気持ち悪くなります

