

保健だより


No. 1
小牧中学校
平成 27 年 4 月 7 日

入学・進級おめでとうございます。みなさん、春休みはどのように過ごしましたか。新しいスタートにあたり、ときどきしたり、不安になったりしている人もいます。この1年、みなさんが元気に過ごせるように、保健室から応援しています。

★小牧中学校の保健室について★

みなさんが、からだも心も健康に過ごせるようにサポートしていきます。保健室は校舎1階、昇降口の隣にあります。保健室を利用する場合は次のことを守ってください。

* 保健室の利用について

<p>授業の先生、あるいは担任の先生にことわってから保健室へきましょう。</p>  <p>先生、保健室へ行ってきます</p>	<p>保健室に入る前にはあいさつをしてね。黙って入るとびっくりします。</p>  <p>失礼します</p>	<p>休んでいる人がいます。静かにしましょう。</p> 
<p>救急用品をさわったり、冷蔵庫を開けたりしないでね。</p> 	<p>身長計などを使う時は、ひとこえかけてね。</p>  <p>使ってもいいですか？</p>	<p>飲み薬は渡せません。必要な人は、ふだん使っている薬を持ってきましょう。</p> 


* けがをした場合

- ・ 保健室にある救急用品（ばんそうこう、湿布など）を勝手に持ち出してはいけません。手当てが必要な場合は、けがした人を保健室の先生のところへ連れてきてください。
- ・ 保健室での手当ては、病院へ行く前の応急手当て、あるいはけがの悪化を防ぎ、授業に集中して取り組めるように行うものです。休みの日に遊んで起きたけがや、ばんそうこうなどの貼りかえは、おうちで行いましょう。

* 体調が悪くなった場合

- ・ 休養できる場所で1時間を目安に様子をみます。休養後も体調が回復しなければ、早退するかどうか判断します。

★健康診断の日程★

身体測定 身長・体重・座高の計測 視力検査 聴力検査（2年生はなし）	4月 8日（水）	1、2時間目	2年生
	4月 9日（木）	3、4時間目	3年生、10・11組
	4月10日（金）	2、3時間目	1年生
耳鼻科検診	4月16日（木）	9：00～	1の1～4、 10・11組（1年生のみ）
	4月30日（木）	13：30～	1の5～8
尿検査	4月21日（火）	一次	
	4月22日（水）		
	5月13日（水）	二次	
眼科検診	4月22日（水）	13：15～	全生徒
内科検診	5月 1日（金）	13：30～	2年生
	5月19日（火）	13：30～	3年生 10・11組
	5月26日（火）	13：30～	1年生
心電図・貧血検査	5月20日（水）	13：30～	1年生
歯科検診	5月28日（木）	9：00～	2年生、1の1～4 10・11組
	6月18日（木）	9：00～	3年生、1の5～8

* 身体測定について

次のものを忘れずに持ってきましょう。

- 体操服（上衣：半袖 下衣：ハーフパンツ）
※ 測定前や、移動時にジャージを着るのはよいです。
- メガネ（普段かけている人のみ）
- ハンカチ ※ 視力測定で、片眼を隠す時に使います。忘れないように！

測定時に気をつけること

- ・ 体操服に着替えた場所で、くつ下を脱ぎます。
- ・ 正しく測定するために髪の毛の長い人は結びましょう。結ぶ位置にも気をつけましょう。（2つ結びが測定に向いています。）
- ・ 移動するときや、測定中は静かにしましょう。
- ・ 他の人の測定結果は見ません。
- ・ メガネを普段かけている人は、視力検査の時に必ずかけましょう。また、コンタクトレンズをつけている人は、検査前に担任の先生に伝えましょう。

