

ほけんだより

2021年（令和3年）

No. 1

加茂中学校保健室

入学・進級おめでとうございます！

新年度が始まりました。新たな学年として、スタートを切る準備ができていますか？

2・3年生のみなさん、今年をどんな1年にしたいか、1年後どんな自分になっていたかをしっかりイメージして、目標に向かって全力で取り組んでいってください。1年生のみなさんは、まずは中学校生活に慣れることで精一杯だと思います。先輩の姿を見ながら、ひとつひとつのことをやりきっていきましょう。

4月は新しい環境での活動がたくさん始まるので心身ともに疲れが出やすい時期でもあります。早寝早起きとバランスの良い食事を心掛けて、体調を整えていきましょう。

健康診断がはじまります

検査項目	日時	対象	検診をしてくださる先生
内科検診	①4月8日（木） ②4月15日（木） ③5月13日（木）	①3年生 ②2年生 ③1年生	向田内科医院 向田邦俊先生
歯科検診	4月13日（火）	全学年	横山歯科 横山晴洋先生
身体測定・視力聴力検査	4月23日（金）	全学年	
尿検査	5月12日（水） 5月13日（木）	全学年	福山市医師会
尿検査（2次検査）	6月3日（木）	全学年	福山市医師会
心音心電図検査	5月20日（木）	1年生	
耳鼻科検診	5月25日（火）	全学年	いわた耳鼻咽喉科クリニック 岩田和宏先生
眼科検診	6月2日（水）	全学年	高橋眼科 高橋節夫先生

新型コロナウイルス感染対策について

- ◆**健康観察**・・・毎月、健康観察カードを配布します。毎朝体温を測り、記入して提出してください。
- ◆**マスクの着用**・・・体育や部活動以外では、原則全員着用してください
- ◆**換気**・・・教室の上窓を常時開けて換気をします。休憩時間には全ての窓を開けて換気をします。
- ◆**手洗い**・・・こまめに石けんで手洗いをしましょう。アルコール消毒をしたい人は、持参してください。
- ◆**規則正しい生活**・・・体の免疫力を高めることが、全ての感染症予防の基本です。睡眠・運動・食事をバランスよくとってください。

裏面もあります

保健室から提出物のお願いです



① 日本スポーツ振興センター加入同意書

授業中、休憩中、学校行事、部活動、登下校中など、学校管理下で発生したけが等で、医療機関で治療を受けた場合に治療費が給付される制度です。同意書に必要事項を記入し提出してください。***必ず**
日中に連絡のとれる電話番号を記入し、印を押してください。

② 保健調査票

保健調査は、生徒の健康状態を知り、健康診断を効果的に行い、学校での健康管理に役立てるために行います。該当する学年の欄と必要事項を記入してください。また、1年生は麻しん(はしか)の罹患と予防接種状態の調査にもご協力ください。

③ 運動器検診問診票

運動不足や運動過多により、骨や関節、筋肉などの運動器に支障が出てくることがあります。運動器に異常がないかどうか、内科検診の際に校医さんに診てもらう時に参考とする問診票です。ご家庭で実際に見ていただき、当てはまるものに○をして提出してください。

④ 結核健康診断の問診票(黄色い紙)

内科検診の際に使用します。「結核健康診断問診票提出のお願い」をよく読んで記入してください。

⑤ 心音心電図検査の台紙(1年生のみ)

同封の「記入上の注意」をよく読んで記入してください。質問<4>は項目が多いので、特に記入漏れのないようよろしくお願いします。

「保健関係提出用封筒」にまとめて入れて担任に提出してください。

健康診断等で使用するため締切が早くなっております。ご協力よろしくお願い致します。

締切 2・3年生・・・4月7日(水)

1年生・・・4月9日(金)