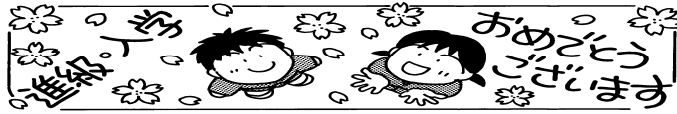


保健だより

NO.1 福山市立培遠中学校



新学期を迎えてみなさんの気持ちの中にも、「さあ、やるぞ!」という決意や希望がわいてきていることでしょう。今の気持ちを忘れずに、元気で楽しく充実した中学校生活が送れるように、みんなで力を合わせてがんばりましょう。

新しいクラスにすぐになじんでしまう人、なかなか自分を出せずにいる人…さまざまです。緊張して疲れてしまった時は、何もせずにまわりの景色をボーと眺めるのもよいと思います。リラックスすることは体にも心にもよいことです。



養護教諭の大村です。
よろしくお願いします。

自分の体をよく知るチャンスです。気づかない病気や異常を早く見つけ、早めに適切な検査や治療を受けることは、中学校生活を充実させるためにとても大切なことです。

月日	検診内容	対象	時間	場所
4/10(月)	聴力検査	1・3年生	1・2校時	保健室
4/12(水)	歯科検診	全学年	13:30～	体育館
4/13(木)	身体測定・視力検査	全学年	4校時	教室・体育館・武道館
4/19(水)	内科検診	1年生	13:30～	保健室
4/24(金)	内科検診	3年生	13:30～	保健室
4/25(水)	内科検診	2年生	13:30～	保健室
4/27(木)	心音・電図検査	1年生	13:30～	体育館
	尿検査	全学年		
5/31(水)	眼科健診	全学年	13:00～	体育館
6/ 7(水)	耳鼻科検診	1年・21R22R	13:30～	保健室
6/14(水)	耳鼻科検診	3年・23R24R	13:30～	保健室

お世話になる学校医の先生を紹介します。

内科	若林 靖久先生	(春日町若林医院)
歯科	鈴木 直樹先生	(春日町すずき歯科クリニック)
耳鼻科	竹内 亘先生	(春日町竹内耳鼻咽喉科)
眼科	山元 和子先生	(春日町ひかり眼科)
学校薬剤師	西永 真治先生	(木之庄町)

提出物がたくさんあります

保健関係プリント袋に入れて提出

(1) 独立行政法人日本スポーツ振興センター加入の同意書(捺印)

(2) 結核健康診断問診票(黄色)

(3) 健康調査

(4) 心臓病調査票(心電図検査・・・1年生のみ)



(5) 運動器※検診問診票

必ず保護者が記入してください。記入や押印のもれないようにお願いします。

2016年度から法の改正により、内科検診時に運動器検診を実施します。家庭での様子を把握した上、内科検診で診てもらいますので、お子様の状態について保護者の方がご記入くださいますようお願いいたします。

※運動器とは、骨・関節・筋肉・靱帯・腱・神経など身体を動かしたりする器官の名称。

プライバシーに配慮し運動器検診を行います。ご家庭でもお子さんの運動器の状態や背中が曲がっていないか等のチェックをお願いします。ひとり親家庭等で観察することが難しい場合には学校にご相談ください。

運動器検診時に行われる脊柱側弯症は、背骨が曲がって背中や腰の形が変形してくる病気で、10歳以降の思春期(特に女子)に多く起こります。初期には痛み等の自覚症状は全くありませんが、変形が放置されると、一生背中が曲がったままになり、肺活量が低下して日常生活に支障をきたすこともあります。脊柱側弯の検診は、上半身裸(ただし女子はバスタオルのケープ[学校で用意]を着用してもよい)で実施します。

保健室利用について

保健室はいろいろな人が利用するところです。自分勝手な行動が許される場所ではありません。ルールを守って、みんなが気持ちよく安心して利用できる保健室にしましょう。

ルール1 保健室来室カード(ピンク)をもらってくる。

緊急やしんどい場合は休憩時間を利用する。

ルール2 さわがないで静かにする。人に迷惑をかけない。

ルール3 原則、保健室にいられるのは1時間とする。

ルール4 使ったものはきちんともどす。

☆布団・体温計・爪切り・すわったイス等もとにもどす。

保護者の皆様へ

欠席・遅刻は、朝8:20までに電話などで連絡してください。(培遠中学校 TEL947-1103)
インフルエンザなどの**学校伝染病**になると**出席停止**になります。病院名や症状等連絡してください。医師の許可があるまで、家庭内で安静にしてください。