

ほけんだより

福山市立加茂中学校 保健室 No. 4



1年生は入学式を迎えて一週間が経ちました。少しは中学校の生活に慣れてきましたか？教科で先生が変わったり、教室移動があっただけで緊張する日々が続きます。2、3年生もクラス替えてメンバーが変わりクラスの中で役割を持って頑張ってくれていたり、先輩になりいろんなところで後輩たちのお手本になってくれています。みなさんの成長は素晴らしいものがあります。これから体育大会の練習も始まってきます。リーダーを中心に力を合わせて頑張ってみなさんの力を見せてください。



保健室はこんなところ

応急手当

けがや病気の
応急手当をします。

飲み薬は
ありません



休養

体調が悪いときに休めます。

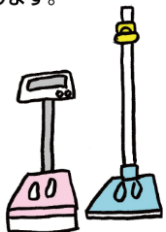
原則1時間までです
それ以上休む必要がある
場合は早退を検討します

眠たいという理由では
休めません



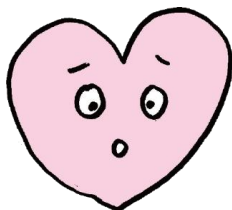
計測

自分の体の様子を
確認します。



相談

悩みや困っていることを
相談します。



調べる

体や心について調べて
学びます。



4月16日(木) 眼科検診(全学年) 13:40~

★どんなことをするのか？

- まぶたやまつげ、眼球に異常がないか調べる。
- 目の動きや位置に異常がないか調べる。



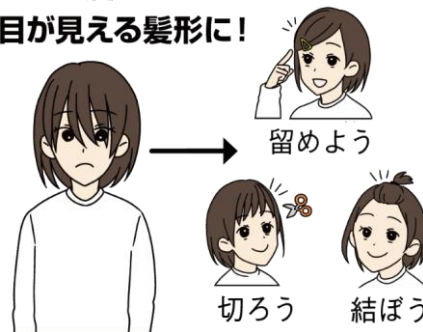
光を当てて調
べます。



二人医師がいるので二
人目の医師の前に立っ
たら、自分の両下瞼を
指で下げてください。

★検査の時に気をつけること

こんな髪の人
は
目が見える髪形に！



こんなことを調べます

目の病気の中には、視力低下の
原因になるものや、プールなどで
他の人にうつるものがあります。

眼科検診では、まつげやまぶた、

結膜、角膜、水
晶体など、目の外
側の部分を見て
もらい、目の病気
にかかっていない
か、普段の生活
の中で何か困るこ
とがないか調べ
ます。



検診には学校の外からお医者さんや検査技師の方が来て検診をしていただきます。正確な検診を行うためにも、検診中は静かに待ち、終わったらお礼の挨拶をして静かに教室に戻りましょう。そして、検診後何か気になることがあれば、「治療のおすすめ」を学校から個人に渡しますので、早めに医療機関に行き治療をしてもらってください。もしくは、家庭で様子をみられる場合でも保護者のサインでかまわないので「治療のおすすめ」を学校に提出してください。