

## 入学・進級おめでとうございます！

新年度を新たな気持ちで迎えている人も多いのではないのでしょうか。新年度は初めてのことも多く、たくさんの行事があるため、心身共に疲れがたまりやすくなります。また、この季節は朝晩の気温差も大きいいため、体調を崩しがちになります。規則正しい生活リズムを意識して、心身共に元気に学校生活を過ごせるようにしましょう。



## 予定されている健康診断の日程

4月から5月にかけて健康診断が予定されています。準備するものの確認をお願いします。

日程	項目		対象学年	場所	準備するもの
4/10(金) 1～3限	身体計測 視力・聴力検査		1限：3年生 2限：2年生 3限：1年生	体育館 多目的室 理科室	○服装は体育着（測定時は夏用） ○ <u>メガネ・コンタクトレンズを使用している人は着用したまま検査する。</u> ※ <u>メガネ・コンタクトレンズを使用している人は検査のときに伝える。</u> ※ <u>メガネを持っている人は忘れない。</u> ○髪の毛が長い人は下の方で結ぶ。
4/15(水)	内科健康診断		3年生	保健室	健診時の服装については、後日、連絡します。
4/16(木)			1年生		
4/21(火)	耳鼻科健康診断		3年生	多目的室	○髪の毛が長い人は結ぶ。 ○健診時は耳が見えるよう、髪の毛は耳にかける。
4/22(水)	尿検査	1次	全校生徒	(提出場所) 教室	忘れない！当日に検査できない場合は、容器をなくさないでください。再配付しません。
	内科健康診断		2年生	保健室	健診時の服装については、後日、連絡します。
4/28(火)	眼科健康診断		全校生徒	体育館	前髪が目にかからないように長い人は留める等してください。
5/7(木)	心電図		1年生	保健室	上下とも夏用体育着で検査します。忘れずに持ってきてましょう。
5/8(金)	尿検査	2次	該当生徒	(提出場所) 保健室	該当生徒には、後日、連絡をします
5/11(月)	耳鼻科健康診断		1年生 2年生(一部)	多目的室	○髪の毛が長い人は結ぶ。 ○健診時は耳が見えるよう、髪の毛は耳にかける。
5/20(水)	歯科健康診断		全校生徒	体育館	朝、歯をみがいてから登校する。

健康診断では私語をせず静かに待ち、前の人が健診を受ける様子をしっかり見ておきましょう。

# 保健室利用のルール

みんなが気持ちよく保健室を使えるように次のルールを守りましょう

## 【保健室に来るとき】

けがや体調不良などで保健室を利用する場合、次の授業の先生に伝えてから保健室に来ましょう。

## 【保健室では】

○保健室に入入りするときはあいさつをしましょう。

「失礼します。クラス・名前」「ありがとうございました」「失礼しました」

○保健室には、体調が悪く休養している人がいることがあります。静かに出入りしましょう。

○保健室での休養は原則1時間です。1時間休養しても具合がよくなる場合は、担任の先生と相談し、お家の人に連絡をとって早退します。

○冷蔵庫・戸棚や引出しを勝手に開けないでください。また、身長や体重を計りたいときは必ず一言伝えてから使いましょう。

○先生がいない時、保健室は鍵をかけます。その時は職員室まで先生を呼びに来るか、職員室にいる先生に相談してください。

## 保護者様へ 保健室からのお願い



### 登校前の健康観察

お子さんの体調が悪い時は無理に登校させず、ご家庭で様子を見てください。遅刻・欠席の場合は、安心安全メールに入力していただくか、8：15までに保護者の方からの連絡をお願いします。

### 緊急時の連絡（学校でのけがや病気のときは）

【けが】医療機関で手当が必要と思われるような場合、緊急時を除いては原則として、保護者の方から学校に来ていただき、医療機関へ連れて行っていただきます。

【病気】具合の悪い時は、1時間程度保健室で休ませ様子を見ます。それでもよくなる時は早退させます。原則として保護者の方からお迎えに来ていただきますが、仕事などで来られないときに代わりにきていただける方をお願いしておいてください。

医療機関を受診する必要があり、保護者の方と連絡が取れない場合は、「保健調査票」に記入していただいたかかりつけ医療機関もしくは学校医・近隣の医療機関を学校で判断させていただきます。

### 感染症対策として

○発熱や咽頭痛・せき等で早退する際に、状況によっては保健室ではない部屋で保護者の迎えを待つこともあります。保護者の方には連絡が取れるようにしておいていただけますようお願いいたします。

○お子さんの登校前の健康観察を行い、体調が悪い場合は無理をせず、ご家庭で休養するようお願いいたします。

保健室は、生徒がけがをしたり体調が悪くなったりした時に利用する場所であると同時に、心身の健康に関する情報をお知らせする健康センターとしての役割もあります。お子さんが心身ともに健やかに毎日を過ごしていけるよう、ご家庭と協力しながら見守っていきけるよう務めていきたいと思っております。健康について疑問や不安がありましたらいつでもご相談ください。よろしくお願いいたします。