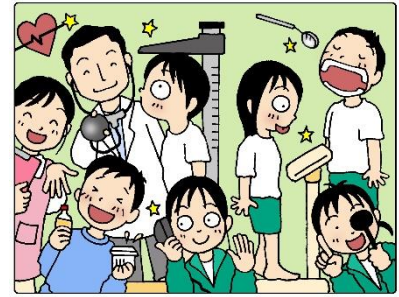


ほけんだより4月号

高岡市立芳野中学校 令和4年度 4月号



4月の保健目標

自分の身体の発育や健康状態を知ろう

新しい年度がスタートしました。入学・進級おめでとうございます。運動場の桜が咲き始めました。思春期であるみなさんは、大人に向かって体も心も変化する時です。健康診断は、自分の体が今「どんなふうに」「どれくらい変化しているか」じっくりと観察できる機会です。自分自身の心と体をしっかり見つめていきましょう。大切なのは、その人なりにバランス良く成長しているかどうかということです。体の成長に関して気になることがあれば、一人で悩まず保健室に来て相談してください。養護教諭の「六郷 恵子」です。よろしくお願いいたします。



- ・病気や異常を見付けることができる。
- ・自分の体の成長を知ることができる。

しっかり
受けよう!

健康診断

耳鼻科・眼科検診は、6月に予定しています。

検査項目	実施日(対象学年)	準備	調べること
身体測定 視力検査	4月13日 (全学年)	<ul style="list-style-type: none"> ・クォーターパンツ ・運動服 ・ハンカチ(遮眼用) ・眼鏡・コンタクト 	身体計測では、身長と体重を測って、1年間での成長のバランスを見ます。視力測定では、物を見る力を調べます。屈折異常や異常の可能性があります。
歯科検診	4月14日 (全学年)	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に歯磨きをしっかりする。 	口の様子、歯並び、かみあわせ、歯肉、歯垢の状態や、虫歯・歯周病の有無を調べます。
内科検診	4月19日(3年生) 4月26日(2年生) 5月25日(1年生)	<ul style="list-style-type: none"> ・運動器検診保健調査票の提出 ・クォーターパンツ ・運動服 	心臓の音や呼吸の音、背骨の形や胸の骨の形、肋骨の形などを調べます。栄養状態や皮膚の状態を調べます。
聴力検査	5月10日(3年生) 5月30日(1年生) ※2年生は実施しません。	<ul style="list-style-type: none"> ・耳掃除をしっかりとる。 	普段の生活の中で、音をしっかりと聞き取れているかを調べます。
心電図検査	5月6日 (1学年のみ)	<ul style="list-style-type: none"> ・クォーターパンツ ・運動服 	心電図・心音図検査を通し、心臓の働きの異常の有無を調べることで、心疾患の早期発見につなげます。
尿検査	5月10日、11日、 予備日5月31日 (全学年)	起床して、朝1番に採尿します。	腎臓病・糖尿病の早期発見につなげる。

健康診断の結果につい

治療や詳しい検査が必要な場合、その都度下記のように案内いたします。1学期末には健康診断の結果が記載されている「健康診断のお知らせについて」を全員に配付いたします。治療・検査が必要な人は早めに医療機関に受診してください。

検診項目	受診カード配付対象者	受診カード名
内科検診	治療や詳しい検査が必要な人	受診カード
運動器検診	受検者全員	運動器検診保健調査票
尿検査	治療や詳しい検査が必要な人	尿検査受診カード
耳鼻科検診	〃	耳鼻咽喉科受診カード
眼科検診	〃	眼科受診カード
歯科検診	受検者全員	歯・口腔の健康診断のお知らせ
視力検査	B・B 以下 (メガネ・コンタクトをしている人は矯正視力)	視力カード
心臓検診 (1年)	心電図・心音図に異常が見られた人	受診依頼書・心臓管理指導票



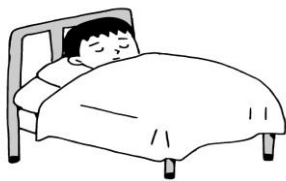
内科 五十嵐 豊 先生 (五十嵐内科医院)
 歯科 米澤 吉治 先生 (米沢歯科クリニック)
 眼科 齊藤 周子 先生 (齊藤眼科医院)
 耳鼻科 中村 保子 先生 (耳鼻咽喉科なかむら医院)
 薬剤師 石田 智之 先生 (あおぞら駅南薬局)

保健室の利用について…守ってほしい大事な約束

保健室は以下のような目的で利用します。



● けがなどの応急手当



● 体調が悪いときの休養



● 心身の健康について学ぶ・調べる



● 悩みごとの相談

- 保健室に来室するときは、必ず担任の先生か授業担当の先生に伝えてから来てください。
- 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、体調不良の場合は、早退となります。
- 保健室では、薬をあげることはできません。病気の診断に支障をきたすことや、副作用の心配もあるからです。
- 保健室は、その日に起こったケガや体調不良の対応をします。継続治療（絆創膏、湿布の交換など）や家庭で起きたけがの治療は、自宅で行ってください。