

# 4月のほけんだより



令和5年4月11日  
ゆりのき台中学校 保健室

いよいよ新学期が始まりました。

みなさん、期待や不安の気持ちでいっぱいだと思います。特に1年生は、緊張していませんか。わからないことがあれば、先生や友達、先輩に聞いてみましょう。

これから1年間、保健だよりを通して、こころや体の健康について一緒に考えていきたいと思っています。けがや体調が悪いとき以外にも、健康や成長について悩みや質問があるときも保健室に来てください。一緒に考えましょう。



今年度、定期健康診断や学校環境衛生検査などでお世話になる先生方を紹介します

- 内科：堂本 康治先生・南地 克洋先生
- 眼科：浅井利通先生
- 耳鼻咽喉科：高雄真人先生
- 歯科：田中希代子先生
- 薬剤師：八木満範先生

下記の通り、定期健康診断が始まります。

身体測定や各健診を受けることで、自分の体の状態を知ることができます。

## 4月の保健行事

13日(木)	身体測定	1・2時間目	3年生
		3・4時間目	2年生
14日(金)	身体測定	2・3時間目	1年生
19日(水)	心臓健診	9:00~	1年生
14日(金)	尿検査	1時間目が始まる前に提出	全校生徒
21日(金)			14日未提出者
27日(木)			14日・21日未提出者
26日(水)	歯科健診	9:00~	全校生徒

○身体測定では、身長、体重、視力、聴力（1、3年生）をはかります。眼鏡やコンタクトレンズをしている人は付けた状態で測定します。忘れずにもってきましょう。

○4月~マスク着用については、個人の判断になっていますが、健診時は、マスク着用をお願いする場合があります。担任の先生の指示をよくきいてください。忘れた場合は貸し出しますが、ご協力お願いします。心臓健診については、検診していただく病院の指示でマスク着用となっています。

～保護者様～

①学校でけがをされて（登下校を含む）、病院受診した場合、「日本スポーツ振興センター」の手続きが可能です。

毎年4月に「日本スポーツ振興センター」の詳しいお手紙を配布していますので、給付条件等、ご確認ください。病院受診された場合、手続きいたしますので、いつでも担任または保健室の中尾までお伝えください。

発生から2年間さかのぼって手続きが可能です。手続きがおすすめでない場合はご相談ください。

なお、学校が把握していない場面でけがをされ、受診された場合も遠慮なくご連絡ご相談ください。学期ごとに保健だよりを通じてお声かけさせていただきます。

②定期健康診断が始まります。身体測定、各健診により所見のあった生徒には、通知をお渡しします。お子様の健康のため、早期受診をお勧めします。

すでに既往歴がある生徒にもお知らせとしてお渡ししますので、継続して経過観察をお願いいたします。また、校医より『精密検査の必要はないが、お知らせはしてください』という場合にもお渡ししています。受診に関してはご家庭でご判断ください。

今年度より、三田市では、「健康の記録」を使用せず、1学期末に「健康診断結果のお知らせ」として、一覧表で健康状態をお知らせします。

## 健康診断の方法や内容をしっていますか？

Q：尿検査で何がわかるの？

A：病気にかかっていると、尿の中に不要なものだけでなく体に必要なものまで入っていることがあります。それが検査項目にある「たんぱく」「糖」「<sup>せんけつ</sup>潜血」です。

これで、腎臓病や糖尿病の可能性がないかを調べます。

Q：歯科健診の記号の意味は？

A：乳歯(子どもの歯)はABCD・・・、  
永久歯(大人の歯)は1234・・・で表します。

「CO」→う歯(むし歯) 要注意

「C」→う歯(むし歯)

「G」→歯肉(歯ぐき)の炎症

「GO」→歯肉(歯ぐき)の炎症要注意

「O(まる)」→治療済みの歯 よく聞いてみましょう。

## 【朝の健康観察について ～保護者様へ～】

三田市では、4月は引き続き、朝の検温等をしていただき、健康観察カードを提出いただくこととしています。2、3年生は4月10日に、1年生は入学式に4月分をお配りしますので、ご協力ください。

保健室の中尾です。皆さんの元気に負けないように頑張りますのでよろしくお願い致します。  
学校の管理下でケガをした場合の手続きなどでも保健室に連絡にきてください。  
いつでもどうぞ☆

健康診断 4つのステップ

毎年4月に必ずある「健康診断」。

こんな4つのステップを意識して受けてみてくださいね。

**考える** 保健調査票を記入して、ふだんの健康の様子をふり返りましょう。

**知る** いろいろな検査や検診で、自分の成長や健康の様子を知りましょう。

**守る** 詳しい診察や検査が必要なときはきちんと受けて、自分の健康を守りましょう。

**学ぶ** より健康に過ごすために必要なことを学んでいきましょう。

みなさんの健康への興味がアップすればうれしいです。