

ほけんだより 4月

千早赤阪村立中学校
保健室 2023.4.11

保健室の ^{みやわき}宮脇 ^{なつこ}夏子 です。一人ひとりに寄り添える保健室でありたいと思っています。みなさんが、体も心も元気に生活できるよう、お手伝いをしたり、一緒に考えたりします。よろしくお願いいたします。



<p>目的</p> <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的 ^{だいじょうぶ?}</p> <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p> <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p> <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p> <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p>保健室を利用するときの約束</p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p>注意</p> <p>内服薬は出せません</p>
<p>ルール</p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p> <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p> <p>備品等に勝手に触らない</p>

保健室に来たとき、伝えることは？

どこが?
からだのどの部分のケガ/不調か

いつから?
症状が始まった日にち・時間

どんなふうになつた?
痛み、だるさなどの様子や程度

どうして?
思い当たる行動やできごとなど

なぜ健康診断をするの？ なぜ大切なの？

★健康診断は法律で定められた学校行事です！

「学校保健安全法」という法律では『学校においては、毎学年定期に、児童生徒等（通信による教育を受ける学生を除く。）の健康診断を行わなければならない』（第13条）とされています。健康診断は、その実施について法律で義務として明記されている、重要な学校行事なのです。

★大切な理由…健康診断の主な目的とは？

- ・ 体の発育発達の様子や健康状態を調べる
- ・ 病気や異常を早期に発見し、早期治療につなげる
- ・ 自分の体を知り、関心をもつきっかけになる
- ・ 健康になるための課題（健康目標）に取り組む



健康は私たちが生きていく上で欠かせないもののひとつ。学校での勉強や運動はもちろん、趣味や遊びも、体や心が健康であればこそできるのです。また、学校での健康診断は、みなさんの「いま」の健康をチェックするとともに、「将来」にわたって健康に過ごせるよう、その方法やポイントを学び、今後に活かすための場でもあるのです。

★結果が出たら、早めに受診！！

健康診断では、検診・検査が済んだ項目から順次、その結果をお知らせしていきます。「受診勧告書」をもらった人は、できるだけ早めに医療機関を受診してください。なお、学校で実施している健康診断は“スクリーニング”といって、異常・病気の『疑い』があるケースを見つけ出すものです。医療機関に行き、医師の診察や詳しい検査を受けた結果、とくに異常や病気がないと診断されることもありますので、覚えていてくださいね。

また、異常や病気の有無にかかわらず、受診結果がわかり次第、必ず学校に報告することもお忘れなく。



★保護者の方へ★

- ★お忙しい中、たくさんのお問診票へのご記入、ありがとうございました。
- ★4月から学校では、特別な場合（校外学習等で医療機関等を訪問するなど）をのぞき、マスクの着用を求めないことが基本となりました。ただし、給食準備のときには、全員マスクの着用が必要です。各ご家庭でご準備いただきますよう、よろしくお願いいたします。