

ほけんだより 4月号



令和6年（2024年）伊丹市立西中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます。新しいクラスで慣れないことが多いですね。環境が変わると知らず知らず
に疲れがたまっているものです。週末まであと2日・・・できることをできるだけだけの精神で乗り切りましょう。

4月から6月にかけて内科健診や歯科健診など様々な健康診断があります。自分の体の状態を知り、これからの
健康な生活づくりに役立てましょう。各健診で病気の疑いがあれば、必ず医療機関に受診して検査や治療を受
けることをお勧めします。

日時	項目	1年	2年	3年	準備物
4/16・17	尿検査	全員	全員	全員	※朝提出
4/19（金）	心電図	全員	対象者	対象者	体操服
4/26（金）	内科健診		1・2・3組	全クラス	体操服
4/30（火）	身体測定	3・4校時	1・2校時	5・6校時	体操服・眼鏡
5/ 2（木）	耳鼻咽喉科健診	全クラス			制服で受診
5/ 8（水）	内科健診	全クラス	4・5・6組	4月26日欠席者	体操服
5/14（火）	尿再検査	一部の人	一部の人	一部の人	※朝提出
5/29（水）	歯科健診			全クラス	歯ブラシ
6/ 6（木）	心臓2次健診	一部の人	一部の人	一部の人	制服・保護者と
6/ 7（金）	脊柱健診	全クラス			体操服
6/14（金）	歯科健診	全クラス	全クラス		歯ブラシ

運動器健診

「運動器」とは、骨や関節・筋肉・靭帯・腱・神経など、みなさんの体を動かすために必要な器官のことです。
事前の保健調査票で回答した内容をもとに健診を行います。



背骨が
曲がっている



肩やひじの関節に痛みや
動きの悪いところがある



腰をまげたり、
反らしたりすると
痛みがある



ひざの関節に痛みや
動きの悪いところがある



片足立ちが
5秒以上できない



しゃがみこみが
できない



内科	原先生（原内科医院）
歯科	中岡先生（中岡歯科医院）
耳鼻科	谷口 紀子先生（谷口耳鼻咽喉科医院）
眼科	山本先生（宮ノ前眼科）
薬剤師	喜多村先生（エルアンドエフ薬局）

保健室利用について

全校生徒、誰もが気持ちよく保健室を利用するために、一人ひとりの協力が必要です。



どのような場合に？

- けがをした時や体調が悪い時
⇒保健室では応急処置や一時的な休養はできますが、内服薬を渡すことはできません。頭痛や腹痛など持病がある人やアレルギーで医師より薬を処方されている人は自分に合った薬を携帯しておきましょう。
- 心や体について相談したい時
⇒「言葉に出す」ことで頭の中が整理されることもあります。誰かに相談したい時に、保健室という選択肢もあります。解決に向けて一緒に考えることができます。できれば、昼休み・放課後に来るようにしましょう。

これだけは守って！！

- 急を要する場合でなければ、休み時間に利用する。
- 保健室へ行く時は、保体委員に必ず付き添ってもらいましょう。
- 保健室での休養は原則1時間です。
咳や発熱等の風邪症状がある場合は、登校を控えましょう。
感染症を拡げないために、風邪症状がある人は医療機関への受診も。
- 内服薬を渡すことはできません。自分で用意しましょう。
- 体操服を忘れた人への貸し出しはしていません。
- 保健室にある薬品や備品は勝手に触らないでください。
- ベッドで休養をしている人もいるので騒がないこと。



今年度も続き
白石 愛が
担当します。
お願いします。



日本スポーツ振興センターについて

授業・部活動・登下校中などの学校管理下でけがをして、医療機関に受診した場合は、“日本スポーツ振興センター”へ給付金を請求することができます。スポーツ振興センター対象の場合は、福祉医療（こども医療・母子医療など）は利用できないので、健康保険のみの利用（3割負担）となります。

該当される場合は、担任または部活動顧問へ申し出てください。

給付が決定されましたら、学年諸費の口座に振込みます。対象者には、連絡しますので通帳記入にてご確認ください。