

ほけんだより

伊丹市立南中学校
保 健 室
2023年4月12日

4月保健努力目標
☆自分の体の発育や健康状態
を知ろう
☆正しい姿勢を身につけよう

新年度が始まりました。新しい学年、新しい友だち…。たくさんの「新しい」に出会うみなさんは、わくわくドキドキ、心が忙しい毎日かもしれません。早く慣れようと焦ってしまうこともあるかと思いますが、自分のペースで大丈夫。保健室からもみなさんのことを応援しています。周りの環境がいろんな面で変わるこの時期は、思ったより体に負担がかかり、疲れがたまることもあります。いつもより早めに寝て、睡眠を十分にとり、朝食をしっかり食べて、体を整えてください。

健康診断が始まります♪

健康診断の目的は、主に ●自分の成長や健康状態を知る
●病気の疑いがないかを調べる
●自分の体や健康に関心を持つ の3つです。

♪心身の健康は、みなさんが今後希望する進路に進み、さらに社会で力を発揮していくためにも大きな意味を持つこととなります。

♪自分の体のことを知るいい機会です。恥ずかしがらずに受けましょう。

♪検査結果は、その都度お知らせします。必要があれば病院に行って、検査や治療を受けましょう。受診した人は、「受診結果報告書」を学校に持ってきてください。

異常のない場合は、お知らせがないこともあります。

日時	健診名	対象	連絡事項
4/13(木)・14(金)	身体測定	13日2・3年、14日1年	体操服
4/17(月)	内科健診	2・3年	体操服
4/19(水)	心電図検査	1年・2・3年一部	体操服持参
4/20(木)・21日(金)	尿検査	全学年	朝の会で提出
4/24(月)	内科健診	1年	体操服

保護者のみなさまへ 日本スポーツ振興センターについて

学校管理下(各教科や学校行事などの授業中、休憩時間中などのほか、通学中も含む)における負傷(骨折・打撲・やけどなど)に対する医療費の給付制度です。一災害の初診から治療までの医療費総額が500点(5000円)以上のものについて医療費が支給されます。センターの災害共済給付制度を利用する場合は、**保険証のみ**(「こども医療費受給者証」等の伊丹市の福祉医療費助成制度は使用できません)を使ってください。

掛金は460円で学校諸費として徴収させていただきます。(就学援助の認定後、認定者には返金します。返金時期は、3月になります。)学校管理下で負傷された時は、担任・部活動顧問、または保健室へご連絡ください。用紙をお渡します。また教育委員会からの加入の案内(始業式・入学式の日配布)をご一読くださいますようお願い申し上げます。

みんなの保健室

機能と役割を正しく理解して。。。
☆みんなの保健室を守って利用してください!!



◎保健室を利用するときは、必ず担任または学年の先生の許可を得て、「保健室利用カード」に書いてもらってから、保健室に来てください。体調が悪くて自分で行けないときは、遠慮なく先生に言って先生と一緒に来てください。同時に、クラスの友達に保健室へ行くことも伝えておきましょう。(南中の保健室は職員室と離れているので、だまって保健室に来ると所長不明になり、大変な事態となってしまいます。)

◎ケガや運動による体調不良(熱中症の疑い等)、月経痛、貧血、喘息等原因がはっきりしている場合は保健室で休養します。1時間の休養で回復しない時は早退します。

◎保健室で 37.5℃以上の発熱および風邪症状 6 項目の症状がなく、授業を受けることが可能な場合は教室で経過観察します。(発熱がなくても風邪症状がある場合は早退となります。)

◎保健室には内服薬はありません。必要最低限の応急処置だけになります。継続的な処置が必要な場合や学校外での傷病については家庭で行ってください。

◎保健室にきたら「利用連絡カード」を書いて渡しますので、必ず担任か教科担任の先生に渡してください。

保健室のフオスです!

みなさんの心とからだをサポートしていきます。
よろしくお願ひします。

裏面も見てください!

