



# 保健便り 4月号



佐世保市立日野中学校  
R5.4.7 発行担当者:増元

2・3年生のみなさん、ご家族のみなさま、ご進級おめでとうございます。

校門前の桜並木も、今ではすっかり葉桜になってしまいましたが、鮮やかな緑の葉を見ると、いよいよ新しい1年間が始まるのだなと実感します。

始業式の今日は、多くの生徒のみなさんが、新しい学年と新しいクラスを楽しみにして登校してきたと思います。発表されたクラス割を見て、嬉しい人もいれば不安な気持ちの人もいることでしょう。春は、誰もが期待と不安を抱えながら踏み出す季節です。「自分は1人じゃない」ことを忘れず、困った時には助けを借りながら、一緒に新たな1歩を踏み出しましょう。

そして、今年度の春は昨年度よりも一層「脱コロナ」の雰囲気が強くなり、あちこちでコロナ禍以前の生活が戻ってきているように感じます。警戒心をなくすわけにはいきませんが、心身ともに伸び伸びと過ごす時間を大切に、これまで以上に充実した毎日を送りましょう。

## .....4月～6月の学校健康診断日程(予定).....

6月までの3か月間で各種健康診断を実施します。新しい環境の中で、初めての活動や体育大会の練習も続く慌ただし時期ですが、中学校生活を健康に過ごすために大切な健康診断です。健康診断がある日は、できるだけ欠席しないようにお願いします。各種健康診断について不安なことなどあれば、遠慮なくご相談ください。(日野中Tel:0956-28-0111 養護教諭 増元)

4月12日(水)	尿検査1次(9:20提出締切) 身体測定(23年 31年 22年)	4月24日(月)	3年 聴力検査(2～4)
4月13日(木)	尿検査1次予備日(9:20提出締切) 1年 内科検診(13:30～)	4月25日(火)	1年 眼科検診(9:30～)
4月14日(金)	1年 心臓検診(8:50～12:00)	4月26日(水)	尿検査2次(9:20提出締切)
4月17日(月)	1年 視力検査(2～4)	4月27日(木)	尿検査2次予備日(9:20提出締切) 2年 内科検診(13:30～)
4月18日(火)	1年 聴力検査(2～4)	5月19日(金)	尿検査3次(9:20提出締切) ※3次検査は予備日なし
4月19日(水)	2年 視力検査(2～4)	6月 1日(木)	1・3年 耳鼻科検診(14:00～)
4月20日(木)	3年 内科検診(13:30～)	6月15日(木)	全学年 歯科検診(14:00～) ※終了しなかった場合は6/22(木)
4月21日(金)	3年 視力検査(2～4)		

## .....年度初め 保健関係配布書類について.....

「保健関係文書連絡用」と書いた大きな封筒に、年度初めに記入していただく書類を入れて配布しています。例年、結核問診表は記入漏れが多い傾向にあります。お手数ですが内容をよくご確認いただき、記入漏れのないようにご確認をお願いします。もし記入漏れがあった場合には、電話で確認をさせていただきますのでご了承ください。

お忙しい時期と思いますが、期限厳守【締切:4月12日(水)】で提出をお願いいたします。

【2・3年生提出書類】 ・保健調査票 ・結核問診表 ・運動器検診保健調査表

※2・3年生のアレルギー調査は、例年5月以降に実施しています。

# .....日野中学校 保健室利用について(確認).....

4月から6月は、新しい環境の中で「がんばるぞ!」という気持ちが高まる一方、心や体の調子を崩しやすい時期でもあります。保健室利用をするにあたっての確認事項を掲載しますので、ぜひ保護者の方も一緒にご確認をお願いします。

## 保健室利用方法

- (1) 保健室を利用するには、必ず教科担任もしくは学級担任に連絡してください。その際、保健室利用者カードを書いてもらってください。※緊急時は直接来室してよい

月 日		時 間	
年 組 氏名		サイン	
病 気		け が	
頭痛 腹痛 熱っぽい 寒気 吐き気・嘔吐 咳 鼻水 のどが痛い その他 ( )		すり傷 切り傷 打撲 ねんざ 爪のけが 刺し傷 腰痛 関節痛 その他 ( )	
処 置			
・検温 ( ) ・睡眠時間 ( : ~ : ) ・朝食 ( ) ・経過観察 ・休養 ( ) ・早退 ・その他 ( )		洗浄 救急絆創膏 アイシング 固定・安静 保護者連絡 受診 その他 ( )	
連絡事項			
(退室時間 : )			

★保健室退室後はこの用紙を担任または教科の先生に渡してください。

教科担任もしくは学級担任の先生のサインを必ずもらってください。生徒の体調・けがと、所在の確認を徹底するためです。

来室時には、必ず【睡眠時間】【朝食摂取状況】、利用カードの質問項目にはありませんが【水筒持参の有無】の聞き取りをします。基本的な生活習慣の乱れが関係している場合は保健指導を行いますので、ご家庭でも確認をお願いします。

保健室でどのような処置を行ったか、体調不良やけがの具体的な状況を記入します。生徒は、保健室退室後学級担任にこのカードを渡します。

- (2) 体調不良での休養は基本的には1時間とします。  
その後、経過を観察し、授業に参加が不可能だと判断された場合は、保護者に連絡して帰宅させます。
- (3) 体調不良の生徒に対して、保健室のお茶を飲ませることはありますが、水筒忘れには対応していません。喉が乾かないことを理由に水筒を持参しない生徒もいますが、4月から早速体育大会の練習も始まりますので必ず水筒を持参してください
- (4) ジャージ等の貸し出しはしていません。下着等が汚れてしまった時は保健室に相談に来てください。
- (5) 頭痛や腹痛の頻度が多い、もしくはその不安がある場合は自分の体調に合う痛み止め薬を持参してください。保健室では薬は渡しません。
- (6) 困ったことや不安なことがあれば相談をしてください。学年・学級の先生に話しにくい場合は、直接保健室に来て構いません。

**養護教諭より**  
 養護教諭の増元美味(ますもと みさき)です。日野中学校で2回目の春を迎えました。  
 4月から6月は健康診断が続いているので、保健室も慌ただしくなってしまいますが、けが・体調不良・相談の際は迷わず保健室の扉をノックしてください。  
 忙しい春ですが、子どもも大人も深呼吸しながらじっくり進んでいけたらと思っています。よろしくお願いします。