

ほけんだより 4月

令和7年4月9日
昭島市立拝島中学校

保健室

令和7年度が始まりました！1年生のみなさん入学おめでとうございます。そして2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。保健室を担当しています養護教諭の石川美奈子です。よろしくお願いします。

新しい学校・新しい教室・新しい友だちと環境が変わりますが、少しずつ自分のペースで慣れていきましょう。皆さんが元気に学校生活が送れるよう精一杯サポートしていきますので、よろしくお願いします。

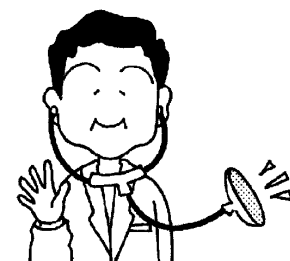


◆◆健康診断が始まります◆◆

健康診断は、みなさんが学校生活を元気に送ることができるように、身体の成長の様子と具合が悪いところがないかを調べるものです。自分自身の身体の様子をきちんと理解するためにしっかりと意識を持って受けましょう。

1年間お世話になる校医の先生

《内科》	竹内 章二先生〈松原町クリニック〉	TEL 042-546-8610
《眼科》	脇田 遼 先生〈いしわた眼科〉	TEL 042-546-1153
《耳鼻科》	楠 正恵 先生〈昭島クリニック〉	TEL 042-546-3387
《歯科》	西野かおり先生〈あおい歯科〉	TEL 042-500-6611
《薬剤師》	高橋留美子先生〈アイオイ薬局〉	TEL 042-543-8846



●●4月の健康診断●●

- 10日(木) 身体計測(1,3年生)
- 11日(金) 身体計測(2年生)
- 17日(木) 内科検診(1,2年生) AM
- 18日(金) 内科検診(3年生) PM
- 22日(火) 尿検査(全学年) 朝一の採尿忘れずに！※前日振休のため容器は18日配布
- 24日(木) 心臓検診(1年生全員と2,3年生対象者) <30日予備日>
- 25日(金) 尿検査予備日(1次未提出者)

メガネを忘れずに！コンタクトの人は着用を。服装は制服です。(ブレザーは教室で脱ぐ)
髪を結ぶ人は下の方で結んでください。



結核検診問診票(全学年)、保健調査票(1年生)、心臓検診調査票(1年生)は11日まで！

結核検診問診票、(1年生は保健調査票、心臓検診調査票)は11日(金)提出期限となっております。提出のご協力お願いいたします。

また、**尿検査は休み明けの22日(火)**となります。容器配布(18日)から少し期間があいてしまうので、お忘れの内容にお願いいたします。

女子生徒で事情により出せない生徒は25日の予備日に提出してください。





保健室の利用について

保健室は、みなさんがケガや病気をしないで元気に学校生活を送ってほしいと思っています。

もし学校でケガをした時、具合が悪くなったときは保健室で「応急処置」をします。みんなが適切な処置を受けられるようご協力お願いします。

1. 休み時間に利用しましょう

- *保健室は休み時間に利用してください。
- *次の授業の先生に「保健室連絡カード」を記入してもらってください。
- *授業中に具合が悪くなったときでも、なるべく休み時間に利用してください。
- *保健室では、静かにしましょう。

2. 授業中に利用するときは

- *授業中、利用しなければならないときは、先生に保健室連絡カードを記入してもらい、職員室の先生にサインをもらってから来てください（症状により職員室に寄らず保健室）。

3. 具合が悪いときの対応

- *基本的に体調不良の場合は早退となります。
- *熱を測り、健康観察をします。熱があるときや、授業に出られないときは早退になります。
- *教員の判断で保健室で様子をみるときは、最大1時間とします（なるべく早く授業に戻ることができるように頑張りましょう）。回復しないときは早退になります。
- *薬は出しません（頭痛薬など常備薬がある場合は、自分で管理して服用することは可能です）。
- *具合が悪く、度々保健室を利用するときは、病気が隠れているときがあります。その時は、保護者に連絡をして受診をお願いすることがあります。
- *保健室を出るときに「保健室連絡カード」を養護教諭から渡しますので、授業の先生に渡してください。

4. ケガの処置

- *保健室は応急処置をする場所です。その後の処置は家庭または医療機関でしてください。（家でのケガや、その日以外のケガは対応できません。）
- *処置したあとの注意事項（安静にする等）は守りましょう。



5. 早退するとき

- *教員が保護者に電話連絡をしたあと下校します。（1人で帰るかお迎え要請か相談します）
- *家に着いたら学校に電話してください。電話に出た先生に、「〇年〇組〇〇です。早退して今家に着きました。」と伝えてください。
- *「早退のお知らせ」は保護者に見せてください。
- *早退用紙に家での様子を書いてもらい（保護者サイン）、その後、登校した際に担任に出してください。

* * 悩みがあるとき・相談したいとき * *

1人で悩まずに声をかけてください。身体のこと心のこと一緒に解決策を考えていきたいと
思います。内容によってはスクールカウンセラーを紹介します。今年度は毎週火曜日に来校です。

ルールを守ってみんなが利用しやすい保健室にしましょう