



2021.4.26  
尼崎市立小田中学校  
保健室

新年度が始まって3週間がたちました。新しい環境には慣れてきましたか？今の時期は環境の変化と季節の変わり目で、思っている以上にからだに負担がかかり、疲れがたまりやすくなっています。早め早めの休養を心がけましょう。

また今年度も、引き続き感染症対策をしながら学校生活を送ることとなります。こまめな手洗い、手指のアルコール消毒、マスクの正しい着用など、一人ひとりが確実にできることを実施して、お互いが健康に過ごせるよう協力お願いします。



## 今年度も朝の検温と健康観察をお願いします

今年度も、朝の検温と健康状態を健康観察カードに記入し、保護者サインをもらって学校へ持つて来る！ということを忘れずにお願いします。また、体調が悪い時は無理をせず、学校を休むようにしてください。



### こんなときは 保健室へ

#### 外科的な訴え：すり傷、切り傷、ねんざ、つき指、だぼく、やけどなど

保健室では、学校生活で起こったケガに対して応急処置をします。ただし、継続的な処置は行いません。継続的な処置が必要な場合や、学校生活外でのケガは、家庭で処置してもらうようお願いします。

#### 内科的な訴え：頭痛、腹痛、体がだるい、吐き気、貧血、寒気など

保健室では飲み薬をあげることはできないので、必要な人はおうちの人と相談して持つて来るようしてくださいね。

#### その他：相談したいことがある、自分の身体の状態を知りたいなど

みんなが、何か悩んだり困ったりしたことがあつたら相談にのります。また、保健室には、健康に関する資料や身長計・体重計などの器具があります。身長や体重を知りたい時は放課後のみ測定を許可しています。

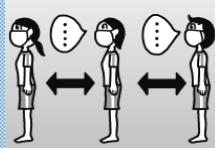
保健室へ行く時は、必ず誰かに伝えてから来てくださいね。



# しっかり受けよう！健康診断

昨年同様「マスク着用」「手指のアルコール消毒」「キープディスタンス」など感染症対策をしながらの健康診断。すでに終わった検診では、こちらから注意をしなくても、きちんと受けられている人がたくさんいました。校医さんへの「お願いします」「ありがとうございました」のあいさつも含めて、今後もマナーを守って受けられると良いですね。

順番待ちの際は  
おしゃべりをせず、  
間隔をあけて並ぶ



キープ・ディスタンス！

### 健康診断の目的は…？



- その① 自分の成長や健康状態を知る
- その② 病気の疑いがないかを調べる
- その③ 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活を振り返ってみましょう！

健康診断は自分からだと知るチャンス！健康に興味をもつことは、生きていく上でとても大切なことです。この機会に自分の体に注目して、健康診断を有意義に活用しましょう！

## 今後の健康診断日程

※5月の歯科検診は緊急事態宣言の影響で延期の可能性があります。

	日にち	時間	行事	学年
4月	26日(月)	9:30~	心臓検診	1年
	27日(火)	13:20~	内科検診	3年
5月	6日(木)	13:30~	歯科検診	3年1・2・3組
	11日(火)	13:20~	内科検診	2年
	12日(水)	9:00~	歯科検診	2年4・5・6組
	13日(木)	9:00~	歯科検診	3年4・5組
	19日(水)	8:40までに	尿検査(再検査)	未提出者・再検査者
	19日(水)	13:20~	耳鼻科検診	3年
	20日(木)	13:20~	耳鼻科検診	2年
	27日(木)	13:20~	耳鼻科検診	1年
6月	3日(木)	13:30~	歯科検診	1年1・2組
	9日(水)	8:40までに	尿検査(予備日)	未提出者・再検査者
	17日(木)	9:00~	歯科検診	3年1・2・3組
6月30日までに			聴力検査	1・3年生
7月(予定)			色覚検査	1年生希望者
9月(予定)			脊柱検査	1年生