

保健だより



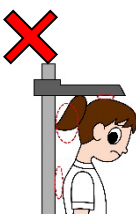
三重大大学教育学部附属中学校 No.1
令和7年4月7日（月）、8日（火）



入学・進級おめでとうございます！

保健室では皆さんが安心して元気に学校生活を送れるよう健康面からサポートをしていきます。体調が悪い時、けがをした時は授業の先生に伝えて来てください。保健室での休養は原則1時間までです。回復しないときは早退となります。登校前から体調不良があるときには、無理をせず早めに休みましょう。

健康診断の予定

項目	日時		お願い
身体測定・ 視力検査・ 聴力検査 (2年は聴力なし)	4月10日 (木)	1限 2年 2限 3年 3、4限 1年	体操服 （半そで・半ズボン）で測定します。 メガネ を授業中だけかけている人は持ってきてきましょう。コンタクトレンズの人は検査の時に言いましょう。 髪型にも注意してください。 
内科検診 (運動器検診・結核検診・3年生は宿泊前検診を含む)	4月14日 (月) 4月21日 (月) 4月22日 (火)	午前 3年 午前 2年 午前 1年	ブレザーや長袖を脱いで、シャツ・ブラウスの上から検診します。2・3年生には「保健調査票」、全学年に「結核検診問診票」を配付しています。今年度の健康状態について記入し、「保健調査票」は表紙への <u>押印・サインも忘れず</u> にお願いします。 運動器検診は、異常が疑われる人のみ検診時に詳しく診てもらいます。保健調査の裏面を参考におうちで <u>姿勢検査を行ってチェックしてください。</u>  
尿検査	4月17日 (木)	朝回収 全学年	4月16日（水）に検査容器一式を配付します。当日朝に採尿し、登校後に学校へ提出します。
歯科検診	4月30日 (水)	午前 全学年	朝食後に歯みがきをしましょう。3年生から「よい歯のコンクール」の学校代表者を選びます。
耳鼻科検診	5月1日 (木)	午前 1年	耳・鼻・のどについててもらいます。
心臓検診	5月21日 (水)	午前 1年	体操服 （半袖・半ズボン）で検査します。
眼科検診	5月22日 (木)	午前 1年	目についててもらいます。

※当日、体調不良等の場合は検診を受けられません。検診日に受けられなかった場合は、他の学年や附属学校園で診てもらいます。難しい場合は学校医や業者と日時・方法を相談することとなります。

健康診断の結果について

健康診断では、異常がないかのスクリーニングをおこないます。

異常が疑われる場合には「結果のお知らせ」を渡しますので、早めに医療機関を受診し、受診結果票を切り取って学校に提出してください。





保健関係の提出物について



本日生徒に配付した書類は家庭でよく読んでいただき、以下の書類について記入し、**4月11日(金)までに**必ず学校へ提出をお願いします。

- 保健調査**・・・・・・検診や日常生活において参考にするため「アレルギーについて」および「最近の健康状態について」の今年度の欄に記入してください。その他に追記や変更があれば、赤で記入してください。家庭で確認していただいたことがわかるように、必ず表紙に**押印またはサイン**をしてください。1年生は提出済みなので配付しませんが、連絡先等が変更された場合はすみやかに連絡してください。
- 結核検診問診票**・・・・結核の集団感染を防ぐため、検診前に全員に対して実施します。
(全学年対象) 熱や摩擦で消えないボールペンで記入し保健用のファイルに入れて提出してください。

学校での健康管理について

○毎朝健康状態の確認

- ・発熱等の風邪の症状がみられるときは、無理せず自宅**で休養**してください。その場合は、欠席連絡フォームから連絡してください。
- ・毎朝**登校したら、各自で健康状態をロイロノートに入力**します。(学校保健安全法に基づく健康観察)

○学校での感染拡大防止策

- ・登校後に発熱等の風邪症状がみられる場合は、他の生徒との接触を避けます。早退の措置となりますので、生徒を安全に下校させるため、原則保護者の方に迎えに来ていただくこととなります。
- ・登校時および給食前後等のこまめな石けん手洗いや、各教室に設置したアルコールでの手指消毒をおこないます。各家庭で毎日**清潔なハンカチ**を用意して持ってきてください。



○咳エチケットと換気の励行

- ・咳やくしゃみが出るときは、マスクをする、口元を覆うなどして咳エチケットを心がけましょう。
- ・各教室ではCO2モニターを設置し、窓を開けて換気をおこないます。**服装の工夫**をしてください。
- ・換気が十分でない教室では、サーキュレーター等で空気を循環します。

○健康的な生活習慣

- ・バランスのとれた食事、十分な睡眠、適度な運動をがけ、抵抗力を高めましょう。
- ・体調不良等がみられるときは、無理をせず、早めに休養しましょう。

★新しい1年が始まり、慣れないことも多いかと思います。
健康上気になることや、心配なことがありましたら保健室にお知らせください。