

ほけんだより 4月

令和6年4月10日
調布市立第四中学校
保健室

にゅう がく しん きゅう
入学・進級

おめでとうございます

ご入学・ご進級おめでとうございます。

あなたは、新しい環境に「わくわく」と楽しみな気持ちですか？
それとも今は「どきどき」と不安でいっぱいになっていますか？

保健室は「わくわく」のあなたも、「どきどき」のあなたも応援しています。「誰に話したらいいかな」と迷ったときは、遠慮せず声をかけてくださいね。四中を笑顔でいっぱいの学校にしていきたいと思います。

保健室はこんなところです

できること



できないこと

ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときには、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてきましょう。



治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院でしてもらってくださいね。



保健室に来室していい時間は、基本的に「休み時間」と「放課後」です。

授業中に保健室に行く時は、授業の先生に伝えるようにしましょう。



健康診断では、みなさんの体に病気や異常がないかを調べます。医療機関での受診が必要な場合は、検診後に個別にお知らせをお渡しします。手元に届いた人は、専門の先生に診てもらいましょう。

| 4月のスケジュール | 対象 | 服装・持ち物 |
|-------------|-------|-----------|
| 11日(木) 身体計測 | 全学年 | 標準服・メガネ持参 |
| 16日(火) 内科検診 | 全学年 | ジャージ登校 |
| 18日(木) 心臓検診 | 1年生のみ | ジャージ登校 |
| 25日(木) 眼科検診 | 全学年 | 標準服 |

4月11日(木) 身体計測について



1・3年生は「身長」「体重」「視力検査」「聴力検査」を行います。
2年生は「聴力検査」は行わず、「身長」「体重」「視力検査」を行います。

【当日のお願い】

- ・メガネを使用している人は、忘れずに持ってきてください。
裸眼で計測をしてから、メガネを掛けて計測します。
- ・普段からコンタクトを使っている人は、コンタクトをしたまま視力検査をします。
- ・髪の毛が長い人は、身長を計測できるように横に結んでください。



4月16日(火) 内科検診について



内科検診では本校学校内科医の山田麻里可先生に、聴診器を使って心臓や呼吸の音を聞いてもらいながら、内科的な疾患がないか、皮膚や骨の異常がないかを診てもらいます。検診当日は、ジャージ登校となります。

4月18日(木) 心臓検診について

心臓検診は隠れた心臓の病気を早期発見するための検査です。当日はジャージ登校です。1年生には別途、詳細をお知らせします。



4月25日(木) 眼科検診について



眼科検診では本校学校医の江木七海先生に、眼の病気やアレルギーがないか診てもらいます。毎年多いのが「結膜炎」です。春はスギやヒノキの花粉の影響もあり、特に「アレルギー性結膜炎」と診断されることが多いです。普段からメガネやコンタクトを使用している人は、検診時もいつも通り使ってください。

保護者の皆様へ

日頃より学校保健活動にご協力いただきありがとうございます。新年度を迎えて、お子さまの様子で気になること等がありましたら、お知らせください。

また、学校管理下で受診を要するケガをした時には「災害共済給付制度」のお知らせを渡しています。この制度は申請が必要になりますので、ご不明な点がございましたら保健室までご連絡ください。

1年間どうぞよろしくお願いいたします。

日本スポーツ振興センターの 災害共済給付制度が使えます

学校で起こったケガ等に対して、医療費等の給付が受けられる制度があります。

学校の管理下でのケガ等が対象です



3割負担の場合、自己負担の総額が1,500円以上の医療費が対象です