

4月の ほけんだより



入学道級から はやくも3週間が経ちました。新しい学年、新しいクラス、新しい友だち、教科ごとに先生が変わる学習スタイル、このような慣れない環境は、自分か、思っているよりも疲れやすいものです。翌日までに疲れを引きずらないように休養する時間をしっかりとりましょう。新学期を楽しく過ごせるように保健室が、皆さんの健康づくりをサポートします。

2023. 4. 28 (金)
明石市立 衣川中学校
1号1建室 No.1

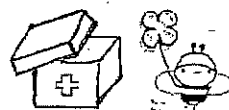


四月の
健康の言葉

保健室を利用する時の約束

＜保健室はどんな所？＞

- ① ケガの応急手当をします。
- ② 体調が悪いときに休養することができます。
(ただし、原則1時間です。体調が改善しない時は早退して家で休養しましょう。)
- ③ 身長や体重、視力の測定をすることができます。
- ④ 体や心の悩みを相談することができます。
- ⑤ 病院ではないので薬をあげることはできません。

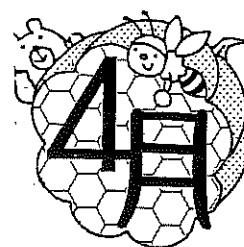


＜保健室を利用するとき、これだけは守ってね！＞

- ① 保健室に来るまでに 保健委員に伝えてから来よう。
できれば「次の授業の先生(もしくは担任の先生)」に伝えてから来よう。
次の授業が体育の場合は体操服に着替えてから、移動教室の場合は次の授業の準備をしてから来よう。
- ② 保健室利用は
できるだけ 緊急の時以外は休み時間にしよう。

物語はここから始まるのだ

(日本の漫画家アサキタ・医学博士 1988-1989)



今年度お世話になる学校医の先生です



内科 新明町7-25 TEL 925-0811
そが内科クリニック 曾我茂司 先生

眼科 石町2丁目5-66 TEL 922-2370
下山眼科 下山周子 先生

耳鼻咽喉科 小久保町5丁目8-11 TEL 921-8880
メーポール耳鼻咽喉科 尾関英徳 先生

歯科 錦が丘3-9-10 TEL 946-7288
すきお歯科医院 杉尾芳朗 先生

学校薬剤師 大飼尚子 先生



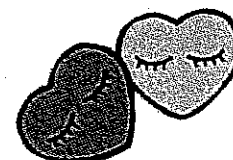
コンタクトレンズの空ケースを回収しています

※回収ボックスは保健室前です。不要になったコンタクト空ケースがあればお持ちください。

瞳のため、地球のため。

日本アイバンク協会へ寄付

空ケースは、リサイクル業者に買い取っていただき、その収益は「日本アイバンク協会※」に全額寄付しています。日本アイバンク協会では、角膜の病気により視覚障がいのある方が視力を取り戻せるよう、角膜移植が必要な方とドナーの方をつなぎ、献眼登録の普及や、献眼希望者が亡くなったときに角膜摘出医の手配をする活動をおこなっています。



養護教諭 田中みき江です
衣川中学校 6年目です。
1年間よろしくお願いいたします。

令和5(2023)年健康診断予定

※ 身長測定・視力測定・耳鳴・カメフラシ検査(1年)
尿検査①・バク菌検査② 1次・内科建診③(1年)

5/9(火)尿追検②

5/26(金)バク菌検査②

5/30(火)脊柱検査①次・尿再検③

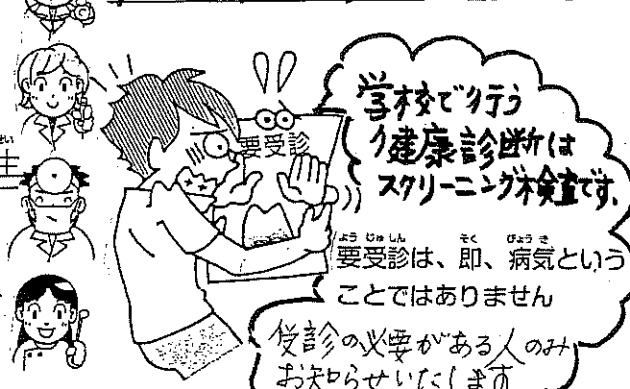
5/31(水)眼科建診(3年1~2組、2年1~5組)

6/2(金)耳鼻科建診(1年)

6/7(水)眼科建診(3年3~5組、1年1~5組)

6/20(火)歯科建診(4月間で1年~3年)

6/23(金)脊柱検査②次(1年対象者)



学校で行う健康診断はスクリーニング検査です。

要受診は、即、病気ということではありません。受診の必要がある人のみお知らせいたします。