

保健だより

魚住東中学校 保健室
令和2年度



4月

令和2年度のスタートは健康管理から！！

○年度当初の書類提出について

- ・保健調査票⇒健康状態や緊急時の連絡先などを記入する書類です。
- ・スポーツ振興センター加入同意書（1年生のみ）⇒1年時の提出で3年間の同意となります。

☆期日までに提出できるよう、保護者の方もお協力ください。

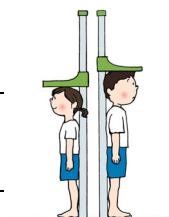
定期健康診断日程



4月8日現在

日 時

項 目	対 象			日 時
	1年	2年	3年	
身体測定	○	○	○	★延期
視力検査	○	○	○	
聴力検査	○		○	
心電図検査	○			★延期
尿検査	○	○	○	★延期
内科健診	○	○	○	★延期
歯科健診	○	○	○	★延期
耳鼻科健診	○			★延期
脊柱側弯検診	○			★延期
眼科健診	○	○	○	★延期



★上記の定期健康診断日程にありますように、明石市においては感染症の感染拡大防止のため、現在のところ全ての健診が延期となっています。実施可能となりましたら再度連絡します。

★毎日の健康観察に努めましょう。睡眠を十分にとり、1日3食の食事をしっかりと食べることにより病気に対する抵抗力をつけましょう。

★毎日の体温測定を忘れずに！

**“なにげない日常”は“かけがえのない日常”
その日々を早くといもとしたいです。
そのために、自己の健康管理がとても大切です！**

🌸ご入学・進級おめでとうございます。

新しい学校、学年、クラス、友達など沢山の“新しい”に囲まれて、期待と不安で胸がいっぱいの**4月**ですね。保健室では、みなさんが健康で安全に学校生活を送ることができるようサポートしていきます。中学生の間に健康管理力をつけましょう。*****



保護者の方へ



□健康観察の大切さ・・・

中学生期は心身の発達が最も急激にみられる時期です。活動範囲が広がり、体力とともに精神力も必要とされます。普段は元気な様子でも、知らず知らずのうちに体調を崩してしまうことも多々みられます。毎朝の健康観察は、元気に学校生活を送るために必要なことです。＊起床時の様子＊食欲はあるか＊下痢はしていないか＊発熱は？ など、お子様の健康観察をお願いします。

■保健調査票の緊急連絡先の記入について・・・

学校で体調不良となられた場合、保護者の方に連絡を差し上げる場合があります。早退や病院受診など大切なお知らせなので、**必ず連絡がとれる電話番号**をご記入ください。年度の途中で変更がある場合も必ずお知らせください。

◇スポーツ振興センターについて・・・

学校生活（登下校や修学旅行なども含む）においてケガ等で病院受診をした場合、災害給付金の申請対象となります。⇒詳しくは本日配布のプリント“「災害給付制度」への加入について”をご覧ください。申請対象となられましたら、担任や部活動顧問、保健室にお知らせください。必要な書類をお渡しいたします。申請において明石市では、「こども医療助成制度」は使用できません。

★感染症予防について！！★★★

基本は“手洗い”です。休校となってしまいましたが、登校の際には手洗いの励行と咳エチケットの指導を行います。加えて常時校舎内の環境衛生に努めてまいります。ご家庭でも手洗い（登校時のハンカチの携帯）・咳エチケットのご指導をさせていただくとともに、お子様の**健康観察**をよろしくお願いいたします。

～今年度、健康診断等でお世話になる先生方です～

- ＜内科＞ 戸田 美佐 先生（仁十病院）：魚住町清水1871-3 明石仁十病院
- ＜眼科＞ 大塚 明 先生（大塚眼科医院）：魚住町錦が丘3-1-20
- ＜耳鼻科＞小澤 一之先生（仁十病院）：魚住町清水1871-3 明石仁十病院
- ＜歯科＞ 濱名 克幸先生（はまな歯科医院）：松の内2-1-6
- ＜薬剤師＞平崎 万々美先生（ピープル薬局）：魚住町錦が丘3-1-31-101

