健 や か

令和２年度４月７日
日進市立日進西中学校
保　健　室

４月の保健目標

自分の健康状態を知ろう

みなさん、入学・進級おめでとうございます。新しいクラスや新しい友達との出会いにドキドキしているのではないでしょうか。楽しい学校生活を過ごせるよう、心とからだの健康に気を付けて生活していきましょう。保健だより「健やか」でも、健康についてみなさんにお伝えしていきますので、お家の人と一緒に読んでくれると嬉しいです。

健康診断が始まります！

どうして健康診断をするのかな？

自分のからだについて知るため

自分のからだの成長を知ったり、異常がないかを確認したりします。

病気を早く見付けて、早く治療するため

検査や検診を通じて、具合のよくないところを見つけ、悪化を防ぎます。

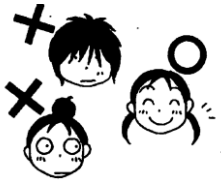
自分のからだや健康に関心をもつため

健康診断をきっかけに、自分のからだや健康に関心をもち、健康の維持につなげます。

健康診断を正しく受けるために

前日はお風呂に入って、体を清潔にしておいてください。

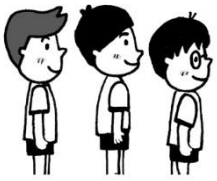
提出物は期限に遅れないように提出してください。



じゃまにならないように、髪の毛はまとめておいてください。

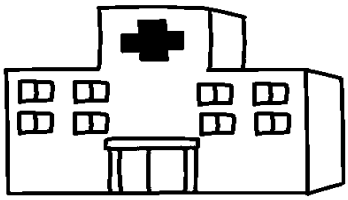
前日は早めに寝て、体調を整えておいてください。

手足のつめを短く切っておいてください。



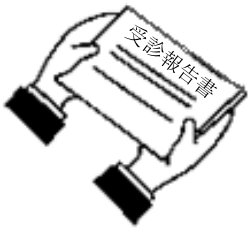
検査中・移動中は静かにしてください。

受診のお勧めをもらったら



早めに医療機関に受診する

受診報告書を保護者の方が記入する



受診報告書を担任の先生に提出する

「健康診断の結果のお知らせと受診のお勧め」は、受診が必要と思われる人に渡します。用紙をもらったからといって、必ずしも異常があるとは限りません。異常があるかもしれないため、ぜひ受診してください。

保健室の利用について

保健室はどんなところ？

- けがをしたときに応急処置をします。
  （内服薬は副作用が出る場合があるため渡せません。症状が長引く場合は、病院で受診してください）
- 学校で気分が悪くなったときに、休むことができます。
- 健康について詳しく知りたいときに、相談に来てください。
- 心やからだのことで悩んでいること、困ったことがあるときに、相談に来てください。

保健室で守ってほしいこと

- 保健室に行くときは、先生に伝えてから来てください。
- 利用するときは、学年、組、名前、保健室に来た理由を養護教諭にはっきりと言ってください。
- 利用したら、「病気の記録」「けがの記録」を記入してください。
- 体調の悪い人がベッドで休んでいる場合もあります。静かに利用してください。
- 保健室内の器具を使いたい人は、養護教諭に声を掛けてください。

MINAMI. O

**養護教諭は、岡田美波と小室勢子です。
みなさんが健康で心豊かな学校生活を送れるようにサポートしていきます。
よろしくお願いします♪**

SEIKO. K