

ほけんだより



令和6年4月18日
上天草市立姫戸中学校
保健室 迫中

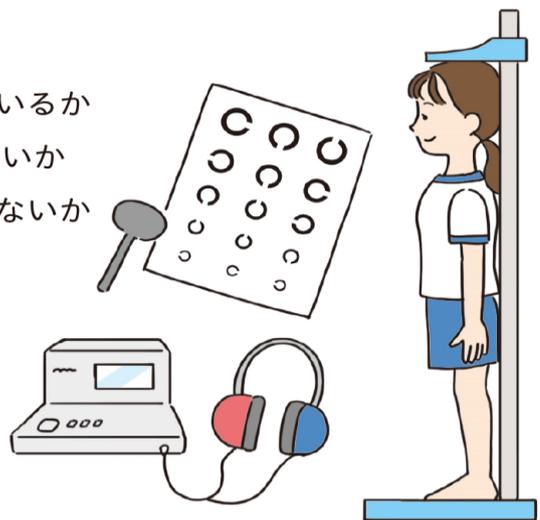
1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。

1年生は特に新生活に期待やワクワク感で満たされている一方、初めてのこと、覚えることが多く慌ただしい日々を過ごしていると思います。なるべく早めに今の環境に合った生活リズムを確立してくださいね。

2・3年生は学年が上がり、やはり新たな気持ちで張り切っていると思います。無理なく、気負わずに過ごしてください。新しい環境は思った以上に心身の疲れを呼び込みます。よく食べて、よく寝て自分のペースを見失わないでください。

健康診断 ～何を調べる？ 目的は？

- **身体計測**…身長・体重、成長の様子はどうか
- **内科**…心臓や肺、骨・皮ふの様子、栄養がとれているか
- **運動器**…手や足、骨・関節などに異常や病気がないか
- **歯科**…歯やあご、歯肉（歯ぐき）に異常や病気がないか
- **耳鼻科**…耳・鼻・のどに異常や病気がないか
- **眼科**…目や目の周囲に異常や病気がないか
- **視力**…目がどのくらい見えているか
- **聴力**…耳がどのくらい聞こえているか
- **結核**…「結核」という病気の疑いがないか
- **尿**…腎臓病や糖尿病などの疑いがないか



そして、健康診断の主な目的は「体がどのように、どのくらい成長したか調べる」「体に異常や病気がないかどうか調べる」とともに、「体について学び、より健康的な生活につなげる」ことです。結果だけに一喜一憂することなく、みなさん自身の未来の土台になるものとして真剣に臨み、受けとめ、考えていってほしいと思います。

検診のお知らせ

腎臓検診（尿検査）全学年

1次 5月16日（木）提出

2次 5月24日（金）提出

（未提出者・再検査者）

★前日に容器を配付します。提出日の朝、必ず持ってきてください。

内科検診（全学年）

（耳鼻科検診・眼科検診・
運動器検診・結核検診含む）

4月24日（水）14:00～

★ 体育服(上下)が必要です。

心臓検診（1年生）

5月30日（木）14:00～

★体育服(上下)が必要です。

保健室利用の心得 ～ルールを守って!～

室内では静かに



OK!

備品の使用・持ち出しは許可を得る

入退室時には一言あいさつを



保健室での休養は短時間で

保護者の方へ

～必ずご確認を！災害共済給付制度～

災害共済給付制度は、お子さんが学校生活（学校の管理下）でけがなどを負った際、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる制度です。

給付対象となる「学校の管理下」の範囲

1. 各教科授業や遠足、修学旅行、掃除など特別活動中
2. 部活動、林間学校、臨海学校など学校の教育計画に基づく課外指導中
3. 業間休み、昼休み、始業前、放課後
4. 登校中、下校中
5. 学校外での授業、集合・解散場所への経路など
6. 学校の寄宿舎にあるとき



負傷（捻挫・骨折など）や疾病（熱中症など）では、原則的に初診から治癒までの医療費総額が5,000円（本人負担分1,500円）以上の場合に給付対象となります。申請の際には受診した医療機関による証明が必要です。詳細については担任または養護教諭にお問い合わせください。

学校医・学校薬剤師の先生方の紹介

[内科] 村上真人先生(村上医院)

[歯科] 竹中誠也先生(竹中歯科医院)

[薬剤師] 本田晃洋先生(くらしの薬局)

*健康診断をはじめ、みなさんの健康的な学校生活を様々な面からサポートしてくださる先生方です。お世話になります。

*今年度、本渡東中学校からきました保健室の迫中真生(さこなかまき)と言います。出身は牛深です。

みなさんが安心して学校生活を送れますよう、一人一人を大切に保健室から支えます。

これから1年間、よろしくお願いいたします。