

鶴城中学校 保健便り No.1  
 平成30年4月10日  
 文責：淵上

御入学・御進級おめでとうございます。新入生19名を迎え、全校生徒49名で新学期がスタートしました。新しいことがいっぱいのある新学期。環境の変化に加え、4月は行事も多いので知らず知らずのうちに疲れていることも多いのです。深呼吸をして、ホッと一息。暖かな春風と、うららかな日差しに心も体もやわらかくほぐれることなのでしょう。また今年はいよいよ鶴城中学校最後の1年です。有終の美を飾る1年にしましょう。

## 定期健康診断が始まります！

自分の身体について知るとともに、関心を持ち自己管理ができるようになります。この機会にあなたにとっての「健康」とは何か、ぜひ考えてみて下さい。

期日	健診項目	時間	学年・備考
4月15日(日) 締め切り	保健関係書類綴り		全学年
4月23日(月)	検尿容器配付		全学年
4月24日(火) ※25日予備日	検尿回収日	朝のみ	全学年 10時まで提出
4月24日(火) ※25・26日 予備日	身体測定・視力・聴力 (スポーツテスト)	14:15 ～	・家庭訪問の生徒 以外全生徒 ・夏の体操着用

## 校医の先生方

内科	横手 敏明先生
眼科	田中 謙剛先生
歯科	森 智昌先生
薬剤師	吉野 勝哉先生

## 新学期、生活リズムを整えよう！

春休みの生活は、どうでしたか。就寝時間が遅くなったりしていませんか。新学期、たくさんの行事が続きます。朝から、元気よく活動できるように、朝の生活リズムを整えましょう。朝起きたらすぐにカーテンを開け、太陽の光を浴びます。朝食を必ず食べて、登校してください。



保護者の皆様へ

お忙しい中、保健関係の提出物が多く大変だと思っておりますが、よく読んでいただき、記入漏れがないようお願いいたします。結核検診問診票・山鹿市情報カード・フッ化物洗口申込書(3年生)には、捺印が必要ですので、捺印漏れがないようお願いいたします。締め切りは15日(日)です。

# 保健室からのお願い

## 《保健室利用にあたって》

- 原則として休み時間に1人で来室します。  
必要な時は保健給食委員に付き添ってもらいましょう。
- 来室する時は必ず「保健室来室カード」(写真参照)に必要事項を記入し、次の授業の先生に許可を受け、サインをもらいます。
- 保健室で休養した後や処置を受けた後は必ず「保健室来室カード」を担任の先生に提出します。  
保健室来室後、体調が良くなり授業途中で教室に戻る場合は教科の先生に「保健室来室カード」を見せた後、担任の先生に渡します。

★昨年と来室方法が変わりますがご協力をお願いします！保健室来室カードは各教室の黒板横に置いてあります！



①本人が「保健室来室カード」に必要事項を記入  
②次の授業担当の先生のサインをもらう。  
③保健室で処置を受け、コメント記入してもらう。  
④最後は担任の先生に渡す。

⑤授業に戻る場合は、授業担当の先生に保健室記入後の「保健室来室カード」を見せる。

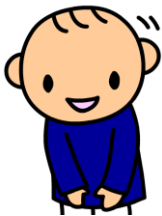
保健室来室カード		月	日	曜日	分	(先生から)
年	組	氏名	( )	許可を得た先生	( )	先生
来室した時間	( )	時間目	( )	時間目の休み時間	その他	( )
主症状				検温の結果		
・頭痛 ・腰痛 ・吐き気 ・気分不良				1回目	( )時( )分( )	°C
・こころ ・その他( )				2回目	( )時( )分( )	°C
保健室から						
・( )時( )分に保健室から送り出しました。教室で授業を受けさせて下さい						
・( )時間目に保健室で休養させました						
・( )時間目に保健室で休養させましたが、引き続き休養させます						
・早退させた方がよいと思います						

## 《保健室来室の仕方》

① ノックをし、挨拶をします。



② 学年・氏名・来室の目的をはっきり伝えてください。



○年1組の○○ ○○ (名前) です。  
○○ (来室の理由) で来ました。  
入ってもいいですか。

～ (来室理由の例) ～

- ・体調不良で来ました。
- ・健康観察を持ってきました。
- ・相談があります。 など

③ 来室した後は、病気やけがの記録に必要事項を記入し、保健室の先生に症状を伝えます。