

ほけんだより 4月

和歌山市立河北中学校 保健室 2021. 4. 9



入学・進級

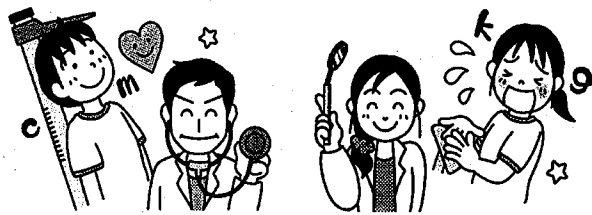
おめでとうございます

はじめまして！
今年度から、河北中学校にやってきました、坂口亜由美です。今年度1年みなさんの健康な学校生活をお手伝いします。
保健室には、けがをした時、体調がわるい時、体や心のことで何か心配なことや悩みがある時などに、えんりよせず来てくださいな。



健康診断・はじまります

健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンス
校医の先生にきちんとあいさつをして受けましょう



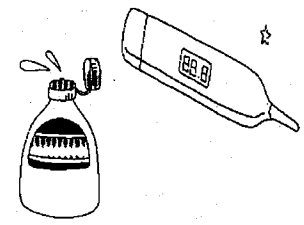
4月の健康診断の日程

- 4月13日〈火〉
身体測定・視力検査（全学年）
聴力検査（1・3年）
- 4月16日〈金〉
眼科検診（全学年）
- 4月22日〈木〉
歯科検診（2年1～2組・3年）
- 4月27日〈月〉
歯科検診（1年・2年3～4組）

※5月以降には内科健診、尿検査、耳鼻科健診（1年生のみ）、心電図検査（1年生のみ）が予定されています。

ほけんしつの利用の仕方

1. 担任の先生（いない場合は学年の先生）に連絡してから来てください。
2. 原則として利用できるのは1日1時間だけです。
3. できるだけ休み時間に利用してください。
4. 授業中、どうしても利用する場合は必ず教科担任の先生に連絡してから利用してください。
5. 授業中、付き添いはいりません。
1人で来られない状態の時のみ付き添いを頼んで下さい。



保健室ではこんなことはできません

内服薬は
あげられません

先生、
とりにかえて～

継続した手当ては
できません
(治療は病院へ)

長時間の休養は
できません
(休養は原則1時間)

保健室は、学校でけがをしたときに応急処置を行ったり、具合の悪い時に一時的に休んだりするところです。病院ではないので、薬を出したり治療したりはできません。

毎朝の検温をお願いします！

毎朝、必ず検温と風邪症状がないかを確認してください。検温をしてから登校しましょう。裏面に健康観察票があります。毎朝家で記入し、自分自身の健康管理に活用してください。昨年度と同じように、学校に登校した後教室で自分の体温や体調を記入します。家で測った温度を覚えておいてください！熱があったり、風邪症状があるときには無理をせず休んで、かかりつけの病院や受診相談窓口で相談しましょう。

また、飛沫予防のため、学校ではマスクの着用をお願いします。そして、手洗いとアルコール消毒も大切です。手洗いは、石鹸を使って20秒以上洗えていますか？だんだんと、面倒になる気持ちもでてきますが、頑張ってください。

みんなで、うつらない、うつさない予防をしていきましょう！

