



和歌山市立河北中学校 保健室 2022. 4. 12



みなさん、入学・進級、おめでとうございます！いよいよ新学期が始まりました。保健室は、みなさんの学校生活を健康面からサポートしていきます。

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、遠慮せず来てくださいね。



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



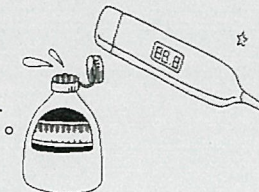
※5月以降にも、内科健診、尿検査、耳鼻科健診（1年生のみ）、心電図検査（1年生のみ）などが予定されています。

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21日（木）
内科検診（1年女子）
- 4月22日（金）
眼科検診（全学年）
- 4月25日（月）
内科検診（1年男子）
- 4月26日（火）
歯科検診（2年1～2組・3年）
- 4月27日（月）
歯科検診（1年・2年1～2組）

ほけんしつの利用の仕方

1. 休み時間の間に利用してください。（授業中どうしてもという時は、先生の許可をもらってから来ましょう。）
2. 体調不良の時は、必ず次の授業の先生（いない場合は学年の先生）に連絡してから来てください。
3. 保健室で休養できるのは、1時間までです。
4. 身長・体重を測れるのは、休んでいる人がいない時だけです。



保健室ではこんなことはできません



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出てきますが、頑張って続けて行きましょう。

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！

