



2022. 4. 28
和歌山市立河北中学校
保健室

5月の健康診断の日程

5月12日(木)

内科検診(結核・運動器検診含む)…3年生女子

5月19日(木)

内科検診(結核・運動器検診含む)…3年生男子

5月26日(木)

内科検診(結核・運動器検診含む)…2年生女子
尿検査…全学年

5月27日(金)

尿検査予備日

★みなさんへお願い★

内科健診の当日は、制服の下に夏の体操服(上だけ)を着用して登校してください。

ご協力よろしく
お願いします。



健康診断の結果について

4月に実施した、聴力検査・眼科検診の結果を渡しています。なお、特に異常等がなかった人には渡していません。5月中旬に、歯科検診結果(全員)、内科検診結果(必要な人のみ)、視力検査結果(必要な人のみ)もお渡しする予定です。

☆今年度より、視力手帳は使用しないことになりました。これまでにもらったことのある人には返却しますので、ご家庭で保管もしくは処分をお願いします。今後は、視力検査の結果がAでなかった人にはプリントにて、お知らせすることになりますので、受診した際にはそのプリントを学校まで提出してください。

～保護者の皆様へ～ 受診のお知らせについて

4月から健康診断を行っています。その結果、専門機関での検査や治療が必要と思われるお子さんには、「受診のお知らせ」をお渡ししています。健康で充実した学校生活を送るためにも、お知らせをもらった場合は早めに受診をしてください。また、今後の保健管理のため、受診の結果をご報告くださるようお願いいたします。なお、学校で行われている健康診断は「スクリーニング」といって、疑わしいと思われる人を選び出すものです。そのため、病院で詳しく見てもらった結果、「異常なし」と診断されることもあります。その点もご理解ください。

新学期がスタートして3週間近くが過ぎました。新しいクラスや友達に慣れましたか？すぐにはクラスにも慣れないかもしれませんが、ゆっくりと自分のペースで学校生活を過ごしていきましょう。
引き続き、マスク・手洗い・換気もお忘れなく！

スマホの「沼」にご用心



動画、ゲーム、音楽、SNS…など、スマホは楽しいですね。でも、長時間ズルズルと使い続ける、その「楽しい沼」から抜け出せなくなっちゃうかも!? そんなスマホ依存症の他にも、さまざまなトラブル発生の危険もあります。スマホと上手に付き合うために、家族とも話し合って「ルール」を決めるのがおすすめです。

- ① 使用時間のルール
- ② 課金(有料アイテムなど)に関するルール
- ③ 他人の悪口や批判を流さない
- ④ 自分や友達の情報(住所や電話番号、学校名、写真など)をよく知らない人に伝えない



●5月31日は世界禁煙デー●

5月31日は世界保健機関(WHO)が1989年に制定した、禁煙を推進するための記念日です。
日本では5月31日から6月6日までの一週間を禁煙週間としています。

新型タバコの種類

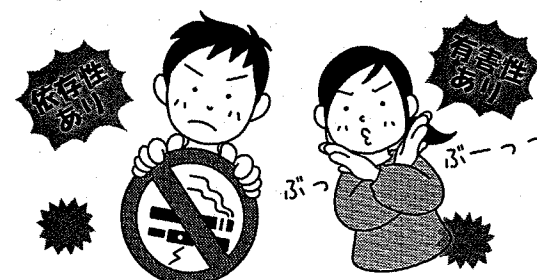
【加熱式タバコ】

タバコ葉の加工物を高温で加熱して発生させたタバコ成分を含んだエアロゾルを吸引するタイプと、有機溶剤を低温で加熱して発生させたエアロゾルをタバコ葉粉末に通過させてタバコ成分を吸引するタイプがある。

【電子タバコ】

タバコ葉は使っておらず、添加物や香料などが加えられた液体(リキッド)を加熱して発生させたエアロゾルを吸引する。

新型たばこも吸っちゃダメ!



普通の紙巻たばこも 加熱式たばこも
同様に 健康被害があります

※いずれのエアロゾルにも有害成分が含まれており、健康被害を起こす可能性があります!