

OASIS

(ほけんだより) VOL.1

令和3年4月8日

松原第四中学校 保健室



新年度が始まりました。1年生はもちろん、2,3年生も新しいクラスになり、まだまだ緊張感が続いているのではないのでしょうか。新しい生活様式の中で始まった新学期ですが、手洗い・うがいをこまめにし、コロナウイルス感染予防対策を徹底してくださいね。

お世話になる学校医の先生方を紹介します

内科 江崎国治先生, 石田雅之先生

歯科 福田哲巳先生

耳鼻科 鶴山太一先生

眼科 高橋健一郎先生

薬剤師 目谷泰哉先生

保健室担当の田中智代です。
今年もよろしくお願いします。



4月の保健行事

12日(月)発育測定 全員 体操服登校

髪の毛をくる人は下の方でくってください。

13日(火)聴力検査3年 視力検査1,2年

14日(水)聴力検査1年, 視力検査1年,
心臓検診1年 (1年生は体操服登校です)

2,3年対象者 (夏の体操服を持ってきてください)

19日(月)内科検診 全員

22日(木)歯科検診 全員



保護者の方へ

検診終了後、受診が必要な場合は間もなく受診勧告をお渡しますので、早急に受診し、受診報告書を学校までご提出ください。内科検診・視力検査・聴力検査につきましては、今月末までに受診勧告書がお手元に届かない場合は、「異常なし」です。(歯科検診、心臓検診は検診を受けた人全員に結果を通知します)

なお、学校の検診はスクリーニングとなっており、疑わしい場合は受診をお勧めしています。視力などは体調等によって結果に影響することもありますので、受診していただくこと『異常なし』と言われる場合も考えられます。ご了承くださいませよう、お願いします。

毎朝の健康チェックを 忘れずに!



コロナウイルス陽性者が急増しているため、現在大阪に「まん延防止等重点措置」が適用されています。

ニュースなどでは大阪モデルの赤信号が灯るのではないかとこの声も聞こえてきました。

朝の健康観察をしっかりとってから登校してください。

登校前から体調が悪い時は無理をせず、自宅で様子を見る、又は早めに病院を受診するようにしましょう。

体調が悪くても、「保健室でゆっくり休んで様子を見よう…」という事が難しくなっています。体調が悪い場合は「とりあえず学校に行って、様子を見よう」ではなく、家で様子を見て体調が良くなってから登校するようにしてくださいね。

<p>目的</p> <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的 だいたいどうぶ?</p> <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p> <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p> <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p> <p>きのうの、NG ② かえて〜</p> <p>継続的な手当てではできません。家でしてね</p>	<p>保健室を利用するときの約束</p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p>注意</p> <p>Sorry</p> <p>内服薬は出せません</p>
<p>ルール</p> <p>せんせ…</p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p> <p>しつれいしま〜す</p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p> <p>NG</p> <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p> <p>いいですかあ?</p> <p>備品等に勝手に触らない</p>

保健室で「できる?」「できない?」



学校生活にはさまざまなルールがありますが、保健室にも同様に約束ごととして「できること」と「できないこと」があります。しっかり守って利用してくださいね。



けがの応急処置
「すり傷・切り傷は流水で洗う」など、できるところまでは自分で処置を。



悩みごとの相談
「保健室と関係ないかも…」ということでも大丈夫。気軽に話してみてください。



体調不良時の一時休養
少し休んで体調が戻らない場合は、保護者の方に連絡して早退になります。



体・心に関する学習
わかりやすい本や雑誌を紹介しします。オススメ本の情報も随時募集中です!



継続的な手当て
応急処置以降の治療については医療機関を受診し、医師の指示に従いましょう。



内服薬の提供
かぜ薬や胃腸薬などもNG。必要な薬は各自で持参・管理してください。

健康診断での諸注意

**順番待ちの際は
おしゃべりをせず、
間隔をあけて並ぶ**



キープ・ディスタンス!

**髪が長い人は、
検診・検査の邪魔に
ならない髪型にしておく**

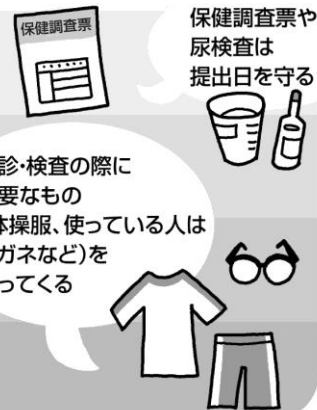


目にかからないよう
前髪はピンで留めるか、
短く切る

耳が
隠れない
ようにする

髪は低い位置で結ぶ
(×おだんご、×ポニーテール)

**忘れ物をしない
ようにする**



保健調査票や
尿検査は
提出日を守る

検診・検査の際に
必要なもの
(体操服、使っている人は
メガネなど)を
持ってくる

新生活のスタート… 「食事」「睡眠」「運動」の基礎作りを

入学・進級、おめでとうございます。新年度がスタートし、みなさんは新しい環境で新しい仲間とのコミュニケーション、生活の土台を築いていっていることと思います。生活や環境の変化は、スト

レスとなって心身に作用します。何となく疲れを感じて思わぬケガや病気、体調不良につながってしまうこともあります。

それを予防するためには、まず毎日の生活リズムを安定させること。食事は3食、栄養バランスよくとれていますか？ 睡眠は普段より多めにとるくらいでよいでしょう。軽く体を動かす習慣を作れば、いい気分転換にもなります。

無理なく快適にすごせるよう、自分なりのスタイルを定着できるといいですね。



保護者の
みなさまへ

災害共済給付制度について

災害共済給付制度とは、お子さんが「学校の管理下」でケガなどをした際、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

各教科授業、部活動、学校行事、休み時間、登下校中など

▲給付対象となる「災害」の範囲

負傷（捻挫、骨折など）、疾病（食中毒、熱中症など）、
障害（負傷・疾病で後遺症が残った場合）、死亡

登下校やクラブ中のケガで、ご家庭から受診された場合も給付の対象となります。また、少額の場合でも松原市から給付金が補てんされます。なお、申請には受診された医療機関での証明が必要となります。給付金の申請を希望されますときは、保健室までお知らせください。（お子様を通じても結構です。）

