

保健だより

令和6年4月
春日部市立豊春中学校
保健室



ご入学・ご進級 おめでとうございます!

1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しい生活のスタートですが、季節の変わり目でもあるので心身共に調子が整わないことがあると思います。前のめりになり過ぎず、気負わずに過ごしていきましょう。

体調不良による欠席や遅刻については Googleform にてご連絡ください。
(8時以降の電話連絡も可)



四月の保健目標

自分の成長を実感、感謝し
体を大切にしよう

保健委員会



1年間みなさんの体を専門的に診ていただいたり、時にはよりよく健康に過ごせるようにアドバイスをしてくれる学校医さんです。

内科	安達 由利男 先生 (安達医院)	井上 賢一 先生 (内牧クリニック)
歯科	前原 常雄 先生 (前原歯科医院)	千葉 菜穂子 先生 (豊春ステーション歯科)
眼科	貞松 良成 先生 (さだまつ眼科)	年度当初にお配りした保健関係の書類をもとに健診をすすめてまいりますので、ご記入ご提出のご協力をよろしくお願いいたします。
薬剤師	酒井 祐子 先生 (池田薬局)	



* 心臓検査予備日: 5月24日(金)
* 尿検査2次: 5月28日(火) 1次陽性者

保健室利用のルールを紹介します

『保健室利用カード』を先生からもらってきてね!

保健室を利用する時は、教科担当の先生に伝えて『保健室利用カード』を書いてもらう必要があります。

- 理由① みなさんがどこにいるのかきちんと居場所を把握するため。
- 理由② ケガをしたときなど担当の先生が知らなかったというのを防ぐため。

* 教科担当の先生に伝えられないときには、学年の先生に伝え、部活の時には顧問の先生に伝えましょう。

保健室で休めるのは原則1日1時間まで!(マナーを守って!)

休んでも回復しない場合は早退を考えます。ただし、熱が高い、体調不良の症状が強く出ている場合には保健室で休養せずですぐ早退することもあります。

* 早退をする時は、必ず保護者の方に連絡をすることになっています。お子さまと緊急時や早退時の連絡先をご確認していただき、「子ども安心カード」にもご記入をお願いいたします。

保健室では、受診までの応急手当と受診の対象にならない当日の軽度のけがや不調の手当や対応を行います。継続した手当てや、内服薬を渡すということはありません。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

検診項目	検診日	対象者	注意事項
発育測定	4月10日(水)	全学年	メガネを持っている人は忘れず。
眼科検診	4月15日(月)	1、3年生、昨年の欠席者&有所見者	
色覚検査	4月16日(火)	1年生希望者	午前中に行います。
内科検診	4月23日(火)	3年生、2-1、2-2	
	4月30日(火)	前回の欠席者、6789、相談室、2-3、1年生	
歯科健診	5月8日(水)	1年生、2-1、2-2男子、相談室	朝の歯みがきしてから登校を!
尿検査 1次	5月13日(月)	全学年	朝8:35までに提出を。採尿したのに提出し忘れることがないように!
	5月14日(火)	5月13日の未提出者	
歯科健診	5月15日(水)	前回の欠席者、6789、2-2女子、2-3、3年生	朝の歯みがきしてから登校を!
心臓検診	5月17日(金)	1年生	ワイシャツ or フラウスを忘れず!!

給食が始まったら『歯ブラシセット』を忘れずに持ってきましょう! 給食を食べたら豊中生みんな歯みがきしましょう!!

保護者の方へ ~災害共済給付制度について~

災害共済給付制度は、お子さんが学校生活でけがなどを負った際、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。

給付対象となるのは、授業中をはじめ、掃除中や休み時間、登下校中、始業前・放課後など「学校の管理下」となります。

負傷(ねんざ・骨折など)や疾病(熱中症など)では、原則的に初診から治療までの医療費総額が5,000円(本人負担分1,500円)以上の場合に給付対象となります。なお、申請の際には受診した医療機関による証明が必要です。詳細については担任または養護教諭にお問い合わせください。



養護教諭の細田文美です。みなさんが充実した中学校生活を送れるように、心と体の健康面をサポートしていきます。不安なことなどがあれば、ひとりで抱えずに先生にSOSを出しましょう。よろしくお願いいたします。



<p>目的</p> <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的</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>継続的な手当てはできません。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>内服薬は出せません</p>
<p>ルール</p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p> <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p> <p>備品等に勝手に触らない</p>

自分の周りで緊急事態が発生した時に、みんなにもできることがあります！
各教室にも掲示されていますので、確認してみてくださいね。

緊急事態が起こった時、

AEDは職員室内の黒板横！

みんなにもできることがあります！！

すぐに大人を呼びに行こう！（近くの大人を呼んでくる!）

緊急事態発生！の時、どのような対応をすればいい？

＜確認すること＞

- ① 誰が
○年○組の氏名
(フルネームで)
- ② 何をしていた
- ③ どのような状態か
意識、呼吸、出血が
「ある」か「ない」か
- ④ 現場に居合わせた先生からの指示

1から4のことを
急いで近くの大人に伝えに行きましょう

周りに複数の方がいる場合、

- ・ 傷病者のそばで様子を見ておく人
- ・ 大人を呼びに（状況も説明）行く人
- ・ 担架を取りに行く人
- ・ AEDを取りに行く人
- ・ その場でできる応急処置 など

現場に居合わせたのが
「自分ひとり」だった時は、
急いで協力者を
呼んできましょう！

急いで自分たちができることを分担して行動しましょう。

**救急隊が到着しました
どこに行けばいいの？
どこまで入っていいの？**

それぞれの入り口近く
まで救急車をついたら
れるよう誘導する。
(安全確保する)

**案内・誘導
傷病者接触までの時間短縮！！**

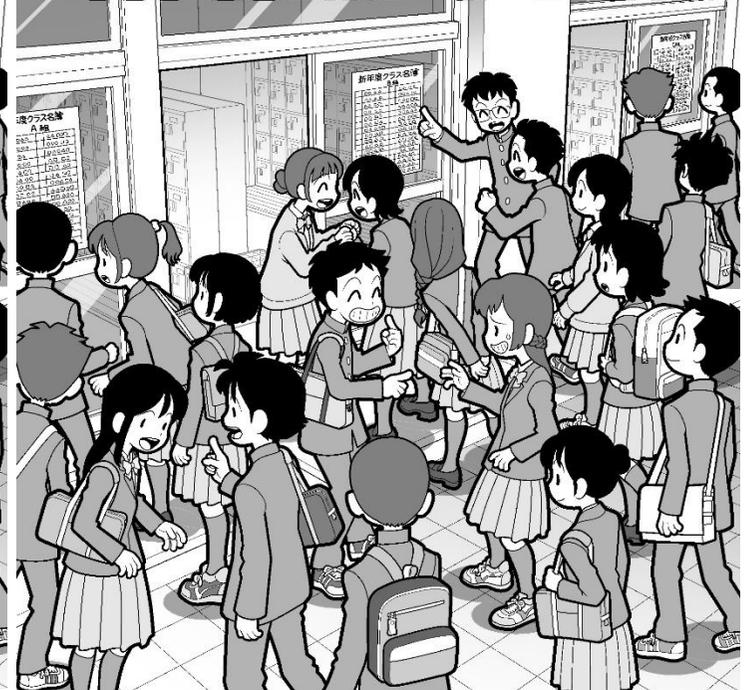
- ① 旧校舎で処置対応時は、正門⇒3年生昇降口へ誘導。
- ② 体育館、フールで処置対応時は、正門⇒体育館横へ誘導。
- ③ 校庭で処置対応時は、正門⇒テニスコート⇒校庭へ誘導。
- ④ 新校舎で処置対応時は、
正門⇒テニスコート⇒新校舎1階東側非常口へ誘導。

間違い探し 7つあるよ♪保健室の廊下掲示板に掲示しています。月に2回貼り出しています☆チャレンジしてみよう！

**新しい仲間とともに
毎日を健康にすごそう**



**新しい仲間とともに
毎日を健康にすごそう**



**忙しい中でも
自分のペースで**

1年生は新生活に期待やワクワク感で満たされている一方、初めてのこと・覚えることが多く慌ただしい日々。なるべく早めに、いまの環境に合った生活リズムを確立してください。2・3年生は学年が上がり、やはり新たな気持ちで張り切っていることでしょう。無理なく、気負わずに過ごしてほしいと思います。新しい環境は思った以上に心身の疲れを呼び込みます。よく食べて、よく寝て…自分のペースを見失わないでくださいね。



**1日の始まりに！
健康チェック**

1日を健康にすごすために朝、体調などをチェックしてみましよう。



- 朝ごはんを食べることができましたか（食欲はありましたか）？
- 頭が痛い、おなかが痛いなどの不調はありませんか？
- 熱は高くないですか？
- おなかがこわしていませんか？
- のどの痛みやせき、くしゃみなどはありますか？
- からだはだるくないですか？