

ほけんだより 4月

令和5年4月10日
京都市立松尾中学校
校長 林 秀雄
保健室 川島 幸恵

～保護者の方もご覧ください。学校HPにも掲載しています。～

入学・進級おめでとうございます。いよいよ新年度がスタートしました。
新しいクラス、友人、担任・学年の先生と、気分も新たに、健康第一で
笑顔いっぱい・元気いっぱいの楽しい1年にしましょう。



- * 「早寝・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活を心がけましょう。
- * 登校前には必ず健康観察・検温を済ませておきましょう。
- * 体調が悪い場合は、無理をせず自宅で休養しましょう。
- * 手洗い・咳エチケット・換気の徹底、密を避ける等の対策を続けましょう。
- * ハンカチ・ティッシュ・予備のマスク・使用済ティッシュを入れるごみ袋等、持参しましょう。

4月～6月にかけて、健康診断を実施します。

学校での健康診断は、病院などで受ける診察とは違って、「学校生活を送る中で注意の必要なことはないか」「疾病の疑いはないか」を検査するものです。
学校から「受診のおすすめ」が届いたら、なるべく早く医療機関へ受診して必要な治療を受けましょう。

健康診断の目的は…?



- その 1 自分の成長や健康状態を知る
- その 2 病気の疑いがないかを調べる
- その 3 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう!

4月の健康診断…持ち物等、詳細は別途お知らせします。

* 4月10日(月)…令和5年度より、標準服(カッターシャツとスカート or ズボン)で計測します。夏用・冬用の指定はありません。

- ・身体計測・視力検査 : 1限…3年生、2限…2年生、
3限…1年生
- ・聴力検査(1・3年のみ): 5限…3年生、
6限…1年生

メガネ・コンタクトの人は忘れずに わすれずに

- * 4月12日(水) 9:00～3年生内科検診
- * 4月17日(月) 1～4限 1年生色覚検査(希望者のみ)
- * 4月19日(水) 9:00～1年生内科検診
- * 4月20日(木)・21日(金) 全学年 尿検査
- * 4月26日(水) 9:00～2年生内科検診



はじめまして!

保健室って こんなところ です



こんにちは。養護教諭の
川島 です。

みなさんが心も体も健康で過ごせるようにサポート
していきます。一年間よろしくお祈りします。

だれが使う?

だれでも
使える場所です

ただ、ケガ・体
調の具合によって、
順番通りに対応で
きないときがあり
ます。

思いやりの心で
協力をお願いします!



いつ使う?

こんなときは
来てください

ケガをした

体調がわるい

悩みや
相談事がある

体や心について
知りたい



どうやって使う?

守ってほしい
ルールがあります



来室するときは **先生に伝えてから**

何も言わずにいなくなると、
周りのみんなが心配します。



保健室の中では **静かに**

しんどくて休んでいる人
がいるかもしれません。



ケガのことを **教えてください**

「いつ・どこで・何をしていた」の情
報でどんな手当てをするか判断します。

使うときは **声をかけて**

保健室のものは勝手に触ら
ず、使ったら元の場所に。



保護者の方へ…災害共済給付制度について

学校管理下で発生した災害(怪我等)によって受診された場合は、速やかに松尾中学校(391-9622)までご連絡ください。治癒するまでの総医療費が¥5,000円以上(自己負担額3割の場合、窓口支払いが¥1,500円以上)が対象で、日本スポーツ振興センターの申請をすることができます。また公費負担医療助成制度を利用されている場合は、診療点数500点以上であれば申請することができます。不明点はいつでも松尾中学校までご連絡いただければと思います。(給付決定には審査があり、給付までに2~3か月要しますのでご了承ください。)

詳細は、年度初めに配布しました「災害共済給付制度について」をご参照ください。

