



令和3年4月9日  
岡崎市立葵中学校  
保健部 No.1

## 入学・進級おめでとう

246人の1年生を迎えて、新年度がスタートです。新しい教室や新しい友だち…。たくさんの「新しい」との出会いは、楽しみであったり不安であったりして、心が忙しい毎日ではないでしょうか。早く慣れようと焦ってしまうこともあるかもしれませんが、自分のペースで大丈夫です。保健室からも、みなさんのことを応援しています。

1年生のみなさん  
はじめまして。

保健室の 天白と後藤 です。

皆さんが毎日元気に  
楽しい学校生活を送れる  
ように、お手伝いさせて  
いただきます。よろしく♪



## 定期健康診断が始まります

### 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!

### <健康診断における感染症対策のお願い>

- ①健康管理に気を付け、当日は**体調チェック**をしっかりと。
- ②体調不良時は、無理して登校しない。  
(欠席者は後日校医さんの病院に行ってお受けられます)
- ③検診前後は必ず石けんで**手洗い**をする。
- ④待つ間は**間隔**をあけ、静かに待つ。
- ⑤マスクは直前に外し、検診後すぐに着ける。

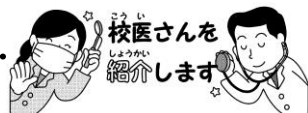


## 令和3年度 健康診断の予定 (4月～6月)

月 日	時 間	項 目	対 象	準 備
4/9 (金)	1 限～	身体測定・視力・聴力	1年	体操服、ある人は眼鏡
	3 限～	身体測定・視力・聴力	開発・2年	体操服、ある人は眼鏡
	5 限～	身体測定・視力・聴力	3年	体操服、ある人は眼鏡
4/21 (水)	朝 8:30 まで	尿 1 次検査	全校	早朝、スピッツに採尿
	13:20～	眼科検診	2年、3年	前髪を目にかからせない
4/22 (木)	9:00	心電図	1年	体操服、 <b>ジャージの上着</b>
		血液検査	1年と2年該当者	睡眠、朝食を取ってくる
	13:15～	内科検診	開発、2年	体操服
4/27 (火)	13:20～	眼科検診	開発、1年、欠席者	前髪を目にかからせない
5/6 (木)	13:15～	内科検診	1年	体操服
5/7 (金)	朝 8:30 まで	尿 1 次予備日	4/21 未提出者	早朝、スピッツに採尿
5/20 (木)	13:15～	内科検診	3年、欠席者	体操服
5/25 (火)	朝 8:30 まで	尿 2 次検査 (※)	1次結果対象者	早朝、スピッツに採尿
6/1 (火)	朝 8:30 まで	尿 2 次検査予備日	5/25 未提出者	早朝、スピッツに採尿
6/3 (木)	朝 8:30 まで	尿 1 次検査最終予備日	5/7 未提出者	早朝、スピッツに採尿
	9:00～	歯科検診	全学年	朝、しっかり歯をみがく
6/10 (木)	9:00～	耳鼻科検診	1年、2・3年抽出者	耳を清潔にしておく
6/22 (火)	朝 8:30 まで	尿 2 次検査最終予備日	6/1 未提出者	早朝、スピッツに採尿

胸を隠すのに使います

(※) 5/25 は 1 年生海の学習のため、1 年生の対象者は 6/1 に提出してください。



校医さんを  
しょうかい  
紹介します

内 科：宮地 厚雄先生 (宮地医院)

耳鼻科：藤竹 英機先生 (ふじ耳鼻科クリニック)

眼 科：矢藤 仁久先生 (矢藤眼科)

歯 科：杉山 隆章先生 (杉山歯科)

薬剤師：中根 容子先生 (中根薬局)

<保護者の方へ> ◆たくさんの保健関係書類のご記入、ありがとうございます。

- ◆朝の検温・健康観察をはじめ、感染症対策のご協力ありがとうございます。今年度もお願いいたします。
- ◆視力検査で裸眼または矯正視力が、**B または (B) 以下**の判定者に眼科検診結果と合わせてお知らせをいたします。聴力検査も異常ありの場合のみお知らせします。耳鼻科検診の結果は、検診後に別途通知します。
- ◆定期健康診断は学校保健安全法第6条で定められています。検診日に遅刻・欠席等で受診できなかった場合、保護者の引率で、他校や学校医を受診していただくこととなります。ご了承ください。

# 毎朝、健康観察をお願いします

感染症予防のため、毎朝、登校前に検温と健康観察をして検温表に記入します。毎日、担任の先生に提出します。土日に部活動がある時も、必ず記入し、顧問の先生に提出します。

●発熱や強いだるさ（倦怠感）・息苦しさ（呼吸困難）・のどの痛み・味覚や嗅覚の異状等の症状がみられる場合は、無理をせず、自宅での休養をお願いします。

<記入例>

朝の検温・健康観察の記録				年	組	番	氏名
月日	曜	体温℃	健康状態(あてはまる症状に○)				
5月1日	金	36.8℃	のどの痛み・せき・たん・鼻水・だるさ ・息苦しさ・その他( )	(なし)			
5月2日	土	36.4℃	のどの痛み・せき・たん・鼻水・だるさ ・息苦しさ・その他( )	なし			
5月3日	日	37.5℃	のどの痛み・せき・たん・鼻水・だるさ ・息苦しさ・その他( )	なし			
5月4日	月	℃	のどの痛み・せき・たん・鼻水・だるさ ・息苦しさ・その他( )	なし			

欠席

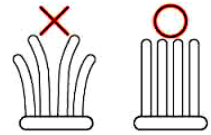
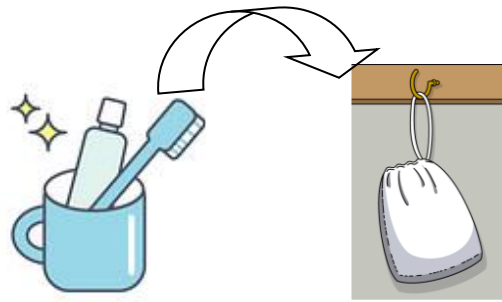
石けんを使った手洗い、換気、マスクの着用も、続けていきましょう。



# 葵中学生は、毎日歯みがきをしています

葵中学校では、歯や歯肉の健康保持のために、年間を通して歯みがきを行っています。コロナ禍ですが、感染予防に気を付けながら、今年度も毎日、給食後に歯みがきを行いますので、歯みがきセットを忘れずに学校に持ってきてきましょう。

- 歯ブラシ
- コップ(割れにくいもの)
- 布製の袋
- 歯みがき粉(※使うなら、フッ素入りがおすすめです)



家でもしっかり歯みがきをして、歯と口の健康を守りましょう！

# 保健室利用のルール ~みんなが気持ちよく利用するために~

<p>① 体や心の健康についての相談を行います。 気になることがあれば、相談にきてください。</p>	<p>② 保健室では、体調が悪く休んでいる人もいます。静かに利用しましょう。</p>	<p>③ 保健室にあるものは、声をかけてから使ってください。</p>
<p>④ 保健室では、けがや病気の救急処置を行います。</p> <p>* 保健室では、応急手当や一時休養はできませんが、治療したり内服薬を与えたりすることはできません。なお、休養は授業への復帰を目的としていますので、原則として1時間休養しても回復しない場合は、お迎えに来ていただき、早退させることがあります。</p> <p>応急手当 一時休養</p>	<p>⑤ 担任や教科担任の先生に伝えてから来ます。保健委員と一緒に来てください。</p> <p>* 先生に会えない時は、級長かクラスの人に伝えます。</p>	<p>⑥ 保健室に来た時は学年・組・名前・来室理由をはっきりと言ってください。</p> <p>* けがや病気の様子は詳しく教えてください。自分の言葉で説明できるようにしましょう。</p>

◇お家の方へ  
毎日の検温をはじめ様々な対応をありがとうございます。1年経っても心配な状況は続いています。一番守るべきは健康と命です。学校と家庭とが協力して今年度も乗り越えていきたいと思っております。学校でお子様に気になる様子がある時はご連絡させていただきますので、どうかご理解いただけますようお願いいたします。