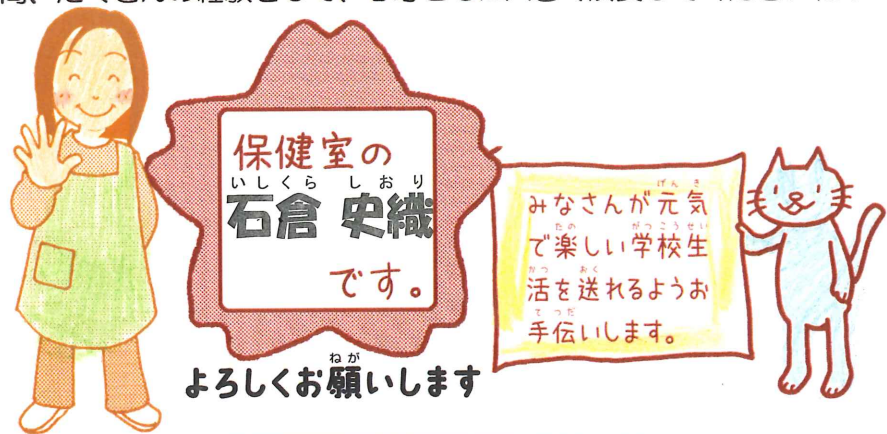


★4月の保健目標★ **自分のからだを知ろう**

令和3年4月9日 川口市立東中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます！
 あいかわらず新型コロナウイルス感染症予防のため、学校生活に制限はあります。
 でも、学校生活でみなさんが学ぶことや経験することはたくさんあり、それはみなさんを成長させる大切な糧になります。
 これからの1年間、たくさんの経験をして、心身ともに大きく成長してくださいね！



よろしくおねがいします

保護者の方へ

色覚検査について

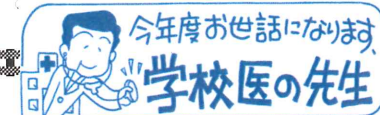
先天性色覚異常は男子の約5%(20人に1人)、女子の約0.2%(500人に1人)にみられます。
 特定の色を見分けにくい状態から色が全くわからない状態まで様々ですが、色を見誤って周囲から誤解を受けたり、色を使った授業の一部が理解しにくかったり、日常生活にも影響が出ることがあります。
 学校の健康診断では色覚検査を実施していないため本人が気づいていない場合もありますが、将来の進路や職業選択に当たり自分自身の色の見え方について知っておくことは大切です。
 学校では、希望される場合は個別に検査をすることができます。(学校での検査はスクリーニング検査(選別検査)で、色覚異常を診断するものではありません。その疑いがあった場合には、眼科受診をお勧めします)検査希望や色覚についてお問合せがありましたら、保健室までご連絡ください。

給食の際のアレルギー対応について

東中学校は、南平学校給食センターから配送される「センター調理方式」の給食です。食物アレルギーのお子様に対する対応として『給食献立日誌』や『給食用食品一覧表』の配布、『内容成分表の閲覧』、『デザート(年)の代替食(年に数回)』を行っております。
 このようなアレルギー対応の対象になるのは、基本的には、**医師から食物アレルギーであるという診断を受けており、学校で配慮が必要と診断されている、医師の診断と指示に基づいた食事の対応が必要な**お子様です。2・3年生は昨年度対応していたお子様、1年生は小学校で給食のアレルギー対応を受けていたお子様を対象に今年度のアレルギー対応についてのお知らせを配布しています。
 現時点でお知らせを配布されていない場合はアレルギー対応の対象にはなっていません。希望される場合はお知らせをお渡ししますので、ご連絡ください。

健康診断はじまります！

健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンス
 事前のお知らせをよく読んで
 積極的に受けましょう



内科	服部 光顕 先生
	米山 敏和 先生
歯科	中村 勝文 先生
	田川 杏里 先生
耳鼻科	三宅 孝功 先生
眼科	中村 美佳 先生
	※今年度着任されました。
	※今年度眼科検診ありません。
薬剤師	西田 恵子 先生



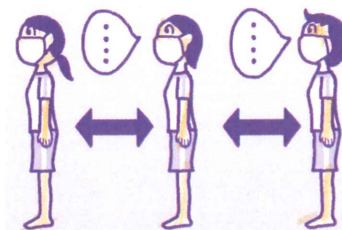
4月の保健行事

9日(金) 発育測定	7組	14日(水) 聴力検査	2・3年
12日(月) 発育測定	全学年	19日(月) 歯科健診	3年
12日(月)~16日(金)	視力検査 全学年	20日(火) 歯科健診	1年・2年前半・7組
13日(火) 聴力検査	1年・7組	22日(木) 内科検診	1年・7組
		26日(月) 歯科健診	2年後半



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



髪は低い位置で結ぶ
(×おだんご、×ポニーテール)

耳が
隠れない
ようにする

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

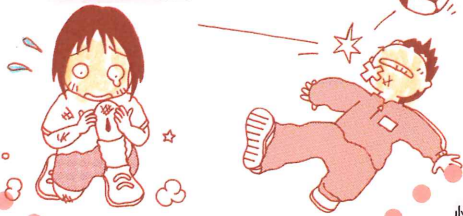


検診・検査の際に
必要なもの
(体操服、使っている人は
メガネなど)を
持ってくる



保健室は、こんなところです

ケガをしたときに応急処置をする場所



具合の悪いときに少し休む（様子を見る）場所



悩みや心配ごとを相談する場所



自分の体のことを知る場所



トラブルなどでつらくなった時に、気持ちを落ち着かせる場所



保健室は、いろいろな人が様々な理由で利用する場所です。

ルールを守って、みんなが気持ちよく利用できる保健室にしてくださいね。

保健室利用のきまり

**利用するときは
保健室利用カードが
必要です！**

先生に保健室に行きたいことを伝えて、**保健室利用カード**を書いてもらいましょう！

授業中・・・教科担任
部活中・・・部活の顧問
休み時間・・・担任（次の授業の先生）

月 日 () 時 分	
保健室利用カード	
年 組 生徒名	
[頭痛・腹痛・気持ち悪い・熱っぽい けが・その他() のため、保健室へ行かせます。 教員名	
保健室入室 :	退室 :
症状 [頭痛・腹痛・気持ち悪い・熱っぽい 風邪・咳・のど・寒気・だるい その他()熱()℃	
[けが: すり傷・切り傷・打撲・捻挫 その他()] 対応 : 教室の様子をみてください。 保健室で休養させて様子を見ました。 早退させてください。 [家庭へ連絡をお願いします。 家庭へ連絡済みです。 その他()	

- ★ 保健室を利用できるのは、原則 休み時間 か 放課後 です。（緊急時を除く）
- ★ 身長を測る、書類を提出するなど、すぐに用事が済むときはカードがなくても利用できますが、休み時間の間に用事を済ませて教室に戻りましょう。

保健室を利用するときの流れ

体調不良・ケガをしたことを先生に申し出て、**保健室利用カード**をもらう

↓
保健室に行って**保健室利用カード**を保健室の先生に渡す

↓
体調不良の場合は「いつから」「どんな状態なのか」を、ケガの場合は「いつ」「どこで」「どこを」「どうしたのか」などをしっかり説明し、保健室で処置を受ける

↓
保健室の先生が処置内容などを**保健室利用カード**に記入するので、受け取る

↓
教室に戻って、先生に**保健室利用カード**を渡す

保健室のルール

- ★ 保健室は、『今日 学校で 起きたケガや病気の対応をする場所』です。何日も続くケガや病気は保健室では対応しきれないので、自己管理しましょう。
- ★ 保健室には**飲み薬はありません**。いつも使う薬がある人は自分で持ってきてきましょう。
- ★ 利用しているほかの人に対して思いやりを持ちましょう。具合が悪い人のために**声のボリュームを下げたり**、ケガをした人のために**席をゆずったり**してあげてください。