

# ほけんだより 4月

2019年4月11日

鏡中学校 保健室

＊4月保健目標＊  
自分の健康状態を知ろう

進級・ご入学おめでとうございます。新しい学年が始まりましたね。慣れない環境は、自分が思っているよりも疲れるものです。4月は年度初めで、行事の多い時期でもあります。翌日まで疲れを引きずらないように、休む時間もしっかりと取りましょう。何をすることも、心と身体の健康が基盤になります。新年度を楽しく過ごせるように、保健室からも皆さんの健康づくりを精一杯サポートします！



## 健康診断がはじまります

?? 健康診断はなぜ大切 ??

- ①自分の成長の様子を知る
- ②病気や異常を早く見つけることができる
- ③自分のからだに興味をもつきっかけになる
- ④健康の目標づくりに役立つ

＊他の人と比べる必要はありません！！

内科 成瀬 育生 先生



眼科 脇山 博之 先生



耳鼻咽喉科 宮崎 俊巳 先生



歯科 古市 哲 先生



☆ 保護者の方へ健康診断結果のおしらせについて・・・ ☆

- ◎ 健康診断の結果、専門医への受診・治療が必要な場合は、お知らせをします。早めの受診・治療をお願いします。
- ◎ 健康診断は、からだに病気や異常の疑いがある人を選び出すものです。受診の結果、“異常なし”と診断されることもあります。
- ◎ 健康診断結果のお知らせは、病院にもっていき、診断結果を記入してもらい、担任へ提出してください。

☆ 学校で大きなけがをされたときは・・・ 日本スポーツ振興センター災害給付制度 ☆

万が一、お子さんが学校でけがをされたときに、災害給付を受けることができます。この制度は、医療費の3割負担に1割の見舞金がプラスして給付されます。1つの災害（疾病）につき、500点（5000円）以上のものに限りです。

唐津市には、医療費助成制度もありますが、学校での災害につきましては、こちらの制度への申請をお願いします。重複しての申請はできませんのでご注意ください。申請に必要な書類につきましては、その都度、学校からお渡しいたします。

☆ 保健室での主な処置とご家庭での手当てについて ☆

保健室では、ご家庭でもできるような簡単な手当てのみ行います。学校以外でされたけがにつきましては、ご家庭で手当てをお願いします。ガーゼ等の貼り替えやその他の手当てが必要な場合は、保健室でお手伝いします。その際に必要な物品は、ご家庭から持たせるようお



願います。

☆ 学校において出席停止となる疾病について \*出席停止期間は厳守するようよろしく願います\* ☆

出席停止扱いとなる生徒がかかりやすい疾病

(この他にもあります。受診された際に医師に確認するようにしてください。)

疾患名	昨年度の本学園の状況	出席停止期間
インフルエンザ	12月～2月に流行。春に小流行をおこす年もあります。	発症後5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで
溶連菌感染症		医師において感染の恐れがないと認められるまで
感染性胃腸炎		
流行性角結膜炎		
水痘 (みずぼうそう)		全ての発疹が痂皮化するまで

☆ 緊急連絡先の確認をお願いします ☆

体調不良やけが等により、早退の必要があるときには、基本的に保健調査に記載してある方へ連絡をします。確実につながる連絡先の記入をされてください。また、電話番号等が変更になった場合は、速やかに連絡をお願いします。

☆ 体調不良時の保健室での対応について ☆

生徒一人ひとりの基礎体温にもよりますが、保健室では基本的に以下の表のように対応していきます。



\*保健室での休養は基本的に1時間とします。

\*家庭連絡から、お迎えまでに時間がかかるようでしたら、その旨をお伝えください。

体 温 ( $^{\circ}$ C)	38.0以上	*直ちに家庭連絡し、保護者同伴で帰宅させる。 *1時間程度ベッドで休ませて様子を見る。 *熱が下がらなかった場合、家庭連絡し保護者同伴で帰宅させる。
	37.5	*本人が頑張れるようであれば、教室で様子を見る。 *きつそうであれば(頭痛、腹痛、気持ちが悪い、咳、鼻水、鼻づまり、疲れなど)、1時間ほど休ませて様子を見る。そのあと、授業に出られないようであれば家庭連絡し帰宅させる。
	37 $^{\circ}$ C以下	*教室で授業を受ける。 *きつそうであれば、1時間ほど休ませて様子を見る。

☆ 自己紹介 ☆

今年度から、鏡中学校でお世話になります。養護教諭の小野温子と申します。前任校は玄海みらい学園でした。鏡中学校のみなさんとの学校生活をとても楽しみにしています。心と身体のことなどで気になる事・不安な事などあるときは、いつでの保健室に来てください。みなさんとたくさんお話できる事をすごく楽しみにしています。よろしく願います。

