ほけんだより

令和５年４月１０日
佐倉市立井野中学校
保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます。いよいよ新たな年度がスタートしました。学年が一つ上がり、多くの期待と緊張を感じている人が多いと思います。４月は心身の疲れから気持ちが不安定になったり、生活リズムが乱れやすくなるなど、日々の健康管理が重要となる時期です。毎日の食事や睡眠などの生活リズムを整え、体調を崩さないように気を付けながら生活していきましょう。感染症対策については、マスク着用の考え方や食事時の会話等、４月から大きく変更されました。今後は、自分で適切な行動を選択しながら、体調管理をしていきましょう。

★★保護者の皆様へ★★

「保健調査票」を確認・記入していただき、ありがとうございます。

【年度の途中に変更が生じた場合のお願い】

○**勤務先**や**緊急連絡先**の変更があった場合は、**必ず学級担任へご連絡をお願いします。**
緊急時、職場にご連絡をした際、すでに職場がかわられたとお聞きするケースがあります。
変更のあった場合は、早めにご連絡をお願いします。

○健康面につきましても、記載していただいた内容について年度途中に変更がありましたら、学級担任、または養護教諭 南雲までご連絡をお願いします。

令和5年度 健康診断・各種検査予定

４月１８日（火）	身体計測	２年
２１日（金）	身体計測	１・３年
２５日（火）	尿検査一次	全校生徒
５月　２日（火）	耳鼻科検診	１年+2･3年該当者
１０日（水）	尿検査一次予備日	該当者
１５日（月）	心電図検査	１年
１８日（木）	歯科検診	2年1・2組 3年
２５日（木）	尿検査二次	該当者
２６日（金）	眼科検診	１年+2･3年該当者
６月　２日（金）	尿検査二次予備日	該当者
１３日（火）	内科検診	1年　2年3・4・5組
１４日（水）	背柱検査（3Dスコリオ検査）	１年
２２日（木）	歯科検診	1年　2年3・4・5組
２８日（水）	内科検診	2年1・2組　3年

☆お世話になる学校医の先生方☆

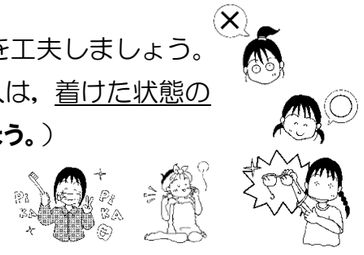
内　科	松山　剛　先生	ユーカリが丘アレルギーこどもクリニック
	徳山 宏丈　先生	ユーカリが丘とくやま内科クリニック
歯　科	秋場 岳史　先生	秋場歯科医院ユーカリが丘
	青野 淳子　先生	かなた歯科医院
眼　科	大木　聰　先生	大木眼科
耳鼻科	鏡 由里子　先生	ゆり耳鼻咽喉科医院
薬剤師	四方田 英二　先生	あやめ薬局

★お願いしたいこと★

身体測定　○髪を結ぶ人は，身長測定で正しく測れるよう，結び方を工夫しましょう。
○視力検査を行います。眼鏡（めがね）・コンタクトを持っている人は，着けた状態の視力を測ります。（**普段使っていない人も必ず持参しましょう。**）

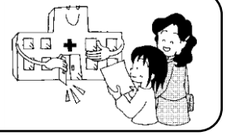
歯科検診　○登校前にしっかりと歯みがきをしましょう。

耳鼻科検診　○前日までに耳掃除をしましょう。



★★保護者の皆様へ★★

検査・検診の結果，治療や再検査が必要な場合は，「結果のお知らせ」をお渡しします。早めの受診をお勧めします。異常なしの場合は，夏休み前に「健康の記録」を配付し結果をお知らせします。（歯科検診の結果通知のみ、異常なしの場合も配付します。）



新型コロナウイルス感染対策 ver.

★感染症対策少しずつ緩和 ver.★

少しずつですが、通常の学校生活が戻ってきました！

1　保健室へ行くときは、必ずクラスの保健委員に伝えてください！

誰にも言わずに保健室へ来てしまうと、教室では「〇〇さんがいない！」と、先生方が校内を探しまわる事態になってしまいます！！
クラスの保健委員に「保健室へ行くので、次の授業の先生に伝えてね」とお願いしてから、保健室へ来るようにしてください。

2　保健室は、「学校で起こった当日のけが」の処置をする場所です。

「朝起きたときから肩が痛いので、湿布をください」と保健室に来る人がいますが、家のけがと、学校で起こったけがの翌日以降の処置は、**原則として対応できません。**
ただし上記のような場合で、どうしても処置を必要とする状態の時は、保健室へ相談に来てください。

変更

3　保健室での休養は、原則１時間までです。

体調がすぐれず来室した場合は、基本的には１時間保健室休養とし、次の授業から教室へ戻るよう促していきます。ただし、発熱(37.5℃以上)がある、休養しても軽快する可能性の低い重度の症状、かぜ症状(健康観察カードの項目)、給食が食べられない等の場合は早退とします。

★★保護者の皆様へ★★

毎朝のルーティーンに!!

おうちの人による登校前の健康観察をよろしくお願いします

毎朝必ず自宅での検温をお願いします。(休日も同様です。)	健康観察カードに体温を記入し「症状」の確認をお願いします。	「症状」の項目には当てはまらない場合でも、朝の時点で体調がすぐれない場合は、家庭での休養をお勧めします。
症状がなくても体温が**37.5℃を超える場合は、登校をお控えください。**	「症状」の項目に当てはまるものがないか、一つ一つ確認しましょう。	お子様がカードに記入しましたら**必ずご確認いただき**、保護者印の欄に押印をお願いします。
※平熱が高い場合は、事前に学級担任へ連絡をお願いします。	※一つでも当てはまる場合は、登校は控え、家庭での休養としてください。	

★★保護者の皆様へ★★

学校管理下のけがで病院受診した際のお願い

学校管理下のけがで病院を受診していただいた際、保険診療３割負担額が 1500 円以上場合は、**佐倉市の「子ども医療費助成受給券」は使用できません。**
「日本スポーツ振興センター災害給付制度」の対象となりますので、学校へご連絡をお願いします。

★養護教諭の 南雲（なぐも） です★

井野中生が充実した学校生活を送れるよう，心と体の健康をサポートしていきます。
今年度もよろしくお願いします。