



草加市立瀬崎中学校
令和6年4月 保健室

4月の保健目標
自分の体について知ろう

入学・進級おめでとうございます！

1年生を迎え、新しい学年・学級での生活がスタートしました。「早寝・早起き・朝ごはん」で生活習慣を整え、元気いっぱいの毎日にしていきましょう。環境の変化による緊張や、朝晩の気温差により、体調を崩しやすい時期でもあります。疲れや不調を感じたら、頭と体をゆっくり休ませて、心身の健康管理をしましょう。

－健康診断がはじまります－

4月から6月に、定期健康診断があります。それぞれ、注意点や提出物について、しっかり確認・準備をしましょう。

健康診断の結果、異常の疑いがあっても、病気が確定したわけではありません。受診をすすめられた人は、速やかに医療機関等を受診し、結果の提出をお願いします。

お世話になる学校医の先生です



内科 金澤 周 先生
山崎 達雄 先生
鈴木 孝 先生

歯科 根津 雅彦 先生
和知 学 先生

眼科 小手 重臣 先生

学校薬剤師 元吉 正信 先生

< 4月・5月の予定 >

実施日		内容	対象者	注意事項など
4月	10日(水)	発育測定	1年生	服装 ▶ 半そで体操着・ハーフパンツ 髪型 ▶ 頭の上・後ろに、結び目がないようにする。 もち物 ▶ めがね・コンタクトレンズ
	11日(木)	発育測定	2・3年生	
	24日(水)	内科検診	3年生	
	25日(木)	内科検診	2年生	
5月	2日(木)	内科検診	1年生	服装 ▶ 半そで体操着・ハーフパンツ 注意点 ▶ 検診前は運動や騒いだりしないで、静かに過ごす。
	9日(木)	尿検査①	全員	
	10日(金)	尿検査②	全員	朝、起きてすぐの尿をとって、持参する。
	28日(火)	心臓検診	1年生・選別者	検査前は運動や騒いだりせず、静かに過ごす。
	29日(水)	尿検査2次	該当者	
	30日(木)	眼科検診	該当者	朝、顔を洗ってくる。

定期健康診断 結果について

各健康診断	配布対象者
歯科	異常の疑いあり・なしに関わらず、 全員 に配付。
内科結核・心臓・尿検査 眼科・聴力・眼科・視力	異常の疑いがある人のみ 配付。

保健室からのお知らせ

養護教諭の
やまき あい
「八巻 愛」です。
名前をおぼえてもらえたら
うれしいです♪
気軽に声をかけて
くださいね♪



▶▶裏面もあります▶▶

朝の元気チェック表

☒	1	☒	2	☒	3	☒	4	☒	5	☒	6
	夜はよく眠れましたか？		朝ごはんは食べましたか？		顔色は悪くないですか？		痛いところはないですか？		せき・鼻水は出ていませんか？		悩みや心配なことはありませんか？

保健室利用の決まり

○利用するときは・・・

▶保健委員と先生に保健室に行くことを伝え、

【保健連絡票】を書いてもらって下さい。

▶書いてもらった【保健連絡票】を持って、保健室に来て下さい。

授業中・・・教科担任

休み時間・・・次の授業の先生

朝の会、清掃、給食・・・担任

★連絡票がないと保健室は利用できません。

(※緊急時や、体育でけがをし、その時間内に来室するとき等を除く)

★上記の先生がいなかった場合は、近くにいる先生に伝え、連絡票をもらってください。

保健連絡票		月	日	()
年 組 名前				
・保健室を利用する場合には、この票が必要です。 ・この票を受け取った教科担任の先生は、教室に帰して下さいます。 ・この票を受け取った特別教室の先生は、確認後、生徒に返却して下さい。				
訴え	頭痛 かぜ その他	腹痛 だるい 発熱	気分が悪い 嘔吐 貧血	嘔吐 けが
新学年等 サイン	() 時 () 分 保健室に行かせます。			
保健室から	() 時 () 分 退室しました。			
経過観察を お願いいた します。	1. () 時間目、保健室で様子を見ました。 2. 外科的処置をしました。 3. 教室で様子を見て下さい。 4. 手洗したほうがいいと思います。 5. その他 () 家庭連絡 () / 保健室でします / お願いします。			
体温	SpO2	脈拍	血圧	
様子の経過 観察事項等	() 時間目/担当			
() 時間目/担当				

○保健室を利用したときは・・・

▶来室する時に持ってきた【保健連絡票】に、養護教諭が保健室での様子を記入して、保健室から教室に戻る際に渡します。

▶渡された【保健連絡票】は、教室に戻ったら、授業の先生(休み時間のときは次の授業の先生)に渡して下さい。

※特別教室(教室以外)の授業の時は、先生に確認してもらったらまた返してもらい、次の時間の授業の先生に渡して下さい。

○保健室のルール

★休養は原則1時間までです。

※校内や地域で感染が広がっている場合、保健室での休養ができなくなります。

★1時間休養して回復しない場合は、早退になります。その場合、原則保護者の方に連絡し、迎えに来ていただくことになります。

★保健室は、『今日』の学校でのケガや病気をみる場所です。基本的には、前日からのケガや病気には保健室では対応しません。

★保健室に薬はありません。頭痛や腹痛のときなどにいつも使う薬がある人は、自分で持ってきておきましょう。薬をあげたり、もらったりしてはいけません。

★保健室を利用しなかった場合でも、学校でのけがや事故で病院を受診したときは、担任、顧問または養護教諭に報告して下さい。