



教室掲示

＼ご入学・ご進級おめでとうございます／

1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2年生・3年生の皆さん、進級おめでとうございます。新学期がはじまりましたね。ワクワクする気持ちと、ドキドキする不安な気持ちがあるかと思います。新学期は自分が感じる以上に心身が疲れます。いつも以上に、食事・睡眠・適度な運動を心がけてみてくださいね。みなさんがこれからの一年間、心もからだも健康に学校生活が送れるように、保健室からもサポートしていきたいと思えます。

保健室はこんなときにきてください



ケガをしたとき
救急処置してもらえる



具合が悪いとき
一時的に休養できる



悩みがあるとき
相談できる



健康について
知りたいとき

保健室ではこんなことは
できません!

- × 内服薬の使用
 - × 継続した手当て
 - × 長時間の休養
- 当日の手当てのみ
- 休養は原則1時間



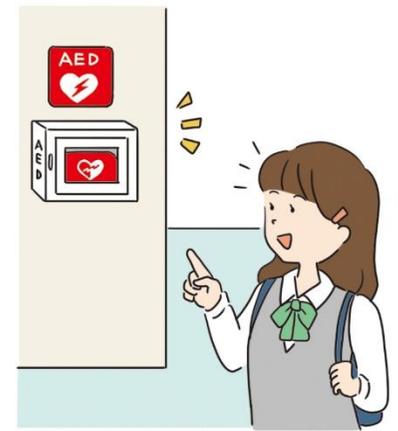
・保健室の利用は、原則1時間です。何時間も続けて休む必要がある場合は、お家でゆっくり休んでくださいね。

・退室時に入室記録を渡すので、授業の先生または担任の先生に渡してくださいね。

もしものために、知っておきたいAED

AEDを知っていますか？AEDは、心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った状態になったとき、心臓に電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。AEDはもしものときの強い味方です。

本校には、**体育館前と職員玄関前**に設置しています。学校でAEDがどこにあるか、覚えておいてくださいね。



健康診断
始まるよ♪

健康診断の主な目的は、「①体の状態や成長の様子をチェックする」「②異常や病気を早期発見し、早期治療できる」「③自分の体や健康について知り、健康に生活するための目標が分かる」ことです。検診日はなるべく欠席しないように注意しましょう。学年より検査項目が違います。実施日が近づいたら教室掲示などでお知らせしますので、持ち物等確認してください。

健康診断の項目

身体計測

身長・体重、成長の様子

歯科検診

歯やあご、歯肉（歯ぐき）の状態

聴力検査

耳の聞こえの状態

視力検査

目の見えかた

内科検診

心臓や肺、骨・皮ふの状態、栄養がとれているかどうかのチェック

耳鼻科検診

耳・鼻・のどの状態

結核検診

「結核」という病気のうたがいが
ないかどうかのチェック

運動器検診

手や足、骨・関節などの状態

眼科検診

目や目のまわりの状態

尿検査

腎臓病や糖尿病などが
ないかどうかのチェック

★★ついたてを使用するなど、プライバシーに配慮した検査をおこないますが、特に配慮が必要な場合は、個別の対応をしますので、担任または保健室に相談に来てください★★