

★三中保健室利用のルール★



- (1) 保健室利用前に、担任、又は、次の授業の先生 (学年の先生) に「保健室連絡カード」(黄色の紙)を書いてもらって保健室へ提出する。(緊急時を除く)
- (2) 保健室は、できるだけ休み時間に利用する。(緊急時は除く)
- (3) 保健室に誰もいない時は勝手に入らず、職員室の先生などに声を掛ける。
- (4) 保健室では、具合の悪い人もいるため、大声を出さない、許可なくベットや救急用品・身長計などを使用しない。
- (5) 一時休養については原則1時間程度とする。内服薬は使用しない。
- (6) けがの応急処置は一時的な手当で、継続的処置はしない。
- (7) 病院へ行ったけが・病気などは、必ず学校へ報告をする。



ルールを守って、みんなが気持ちよく使える保健室にしましょう。
 体や心の相談がある人は、いつでも声をかけてください。

「健康診断」で何がわかるの？

身体測定 バランス良く成長できているか。 肥満や、やせはないか。 	視力検査・眼科検診 見えにくくなっていないか。 目の病気はないか。
聴力検査 耳鼻咽喉科検診 聞こえにくくなっていないか。 耳・鼻・のどの病気はないか。 	歯科健診 むし歯や歯周病はないか。 歯並びやかみ合わせの状態はどうか。
運動器検診 骨や関節、筋肉に病気や異常はないか。 	尿検査 腎臓の病気や、糖尿病などはないか。
内科検診 心臓や肺、皮膚などに異常はないか。 貧血はないか。 栄養状態に問題はないか。 	心電図検査 心臓に病気や異常はないか。

健康診断が はじまります

どうして毎年するの？

健康診断の目的は「どれくらい成長したか」「病気の疑いがないか」を調べる事。結果をこれからの生活に役立てることも、大切なポイントです。

検診をうけるときは…

- 1 静かに待ちましょう
- 2 忘れ物に注意！
特にメガネを使っている人は忘れずに
- 3 邪魔にならない髪型に

保健室の栗田です。
 今年で4年目になりました。
 三生生にパワーをたくさんもらって、今年も明るく笑顔いっぱい
 で頑張りたいと思います。
 御理解、御協力をよろしく
 お願いいたします。何かありまし
 たら、遠慮なく御連絡ください。

*** 今月の保健目標 * 「自分の健康状態を知り、健康目標を立てよう」**



沼津市立第三中学校
保健室発行
R5.4.7

入学・進級おめでとうございます。新しい出会いにわくわくドキドキしている人がたくさんいるかと思います。保健室は、みなさんが健康で安全に安心できる学校生活を過ごせるようにお手伝いしていきます。どうぞ、よろしくお願ひいたします。

【健康診断の日程】



月	日	曜	検査項目	対象学年	時間
4	10	月	・身体測定 ・視力検査 ・聴力検査 (1・3年)	3年生	3・4時間目
	11	火		1年生・JK組	1・2時間目
	13	木		2年生	3・4時間目
	20	木	歯科検診	全校	8:20~
	25	火	生活習慣病予防検診	1年生	8:50~
5	2	火	眼科検診	1年CD・3年	13:30~
	19	金	耳鼻科検診	1年ABと3年	13:10~
	22	月	尿検査一次	全校	8:30までに
	23	火	尿検査一次もれ	一次忘れた人	8:30までに
6	8	木	尿検査二次	該当者	8:30までに
	9	金	尿検査二次もれ	前日忘れた人	8:30までに
	9	金	耳鼻科検診	1年CDと2年・JK	13:10~
	19	月	内科検診	1年とJK組	13:10~
	20	火	心臓検診	1年	8:50~
	23	金	内科検診	3年	13:10~
9	29	木	内科検診	2年	13:10~
9	8	金	モアレ検査	1年生と2年該当者	8:50~

*保健調査表【結核検診問診票】・脊柱及び運動器保健調査票、緊急時連絡表(2・3年)等提出物があります。お手数ですが、期日を守り、印・サインもれのないようお願いいたします。

【学校医の先生方の紹介】

内科	勝呂医院	勝呂 弥生 Dr
歯科	わたなべ歯科クリニック	渡邊 洋行 Dr
耳鼻科	わかばやし耳鼻咽喉科 クリニック	浅野 理恵 Dr
眼科	瀬尾眼科医院	瀬尾 孝寛 Dr
薬剤師	メイプル薬局	春田 晴美 Dr

