



\* 勿来第一中学校 保健室 令和5年4月7日発行 \*



\* 入学・進級おめでとうございます \*

新しい1年がスタートしました。「頑張るぞ！」と張り切っている人も、「なんだか落ち着かなくて心配…」という人も、自分のペースであせらず、少しずつ、新年度の学校生活に慣れていくましょう。

環境が変わって、まだ慣れないこの時期は、疲れやストレスを感じやすくなります。そんな時こそ、基本的な生活習慣「早寝・早起き・朝ご飯」を大切にして、4月を元気に過ごしていきましょう。引き続き、登校前には検温と健康観察も忘れずに。登校してから、体調が悪くなったり、いつもとからだの様子がちがうと感じたりした時は、早めに授業の先生や保健室に声をかけてください。

保健室からも、みんなが元気に過ごせるように、体と心の健康をサポートしていきます。4月から勿来一中の保健室にきました、矢野公美（やのさとみ）です。よろしくお願いします。

### \* 保護者の皆さんへ \*

#### 保健調査票 の提出をお願いします

提出期限は

4/10  
(月)

です。



別紙でお知らせしましたとおり、1年生の保護者の皆さんには、保健調査票のご記入、ご提出をお願いしています。お子さまの健康管理、健診の補助資料として適切に使用させていただきますので、お子さまと一緒にご記入ください。

※ 2、3年生は、3月に提出していただきました。ご協力ありがとうございました。変更点や心配なことなどありましたら、学校にご連絡ください。

学校でケガをしたときは  
災害共済給付制度  
を利用できます



独立行政法人日本スポーツ振興センターは、全校生が加入している保険です。災害の給付は、医療機関窓口での医療費合計点数が500点以上あれば適用になります。

いわき市は現在、助成制度により医療費が無料ですが、合計点数が500点を超えていた場合、本来の医療費合計の1割程度が給付されます。学校管理下の範囲（授業中・校外活動・部活動・休憩時間・通学中など）でケガをしてしまった時には、1度の受診でも給付適用になることがありますので、学校までお知らせください。





## \* 健康診断日程のお知らせ \*



1学期は、たくさんの健康診断があります。健康診断は、「自分のからだの成長や健康状態を知ることができるチャンス！」です。

検診を受ける前には、検診の意味を考えてみたり、検診を受けた後には、「どうしてその結果になったのかな？」など自分の健康や生活を振り返ってみたりしてほしいと思います。

検診後には、結果と受診のおすすめのプリントを配付します。保護者の方と一緒に必ず確認しましょう。下の日程表をみて、準備物など忘れないようにしましょう。

検査	日時	対象学年	準備物など
身体測定	4月10日（月） 1・2校時	全校生	☆ 身長・体重・視力・聴力（1・3年生）を検査します。 ☆ <u>半そで・ハーフパンツ、メガネやコンタクトレンズ</u> を使用している人は、忘れずに持ってきてましょう。
内科検診 (結核・運動器検診)	4月19日（水） 13：25～	全校生	☆ 学校医 佐藤英二先生（佐藤マタニティー・クリニック）が検査をしてくださいます。 ☆ <u>半袖・ハーフパンツ</u> を持ってきましょう。
耳鼻科検診	4月20日（木） 9：30～	1年生	☆ 学校耳鼻科医 高木範男先生（吳羽総合病院）が検査をしてくださいます。 ☆ 耳、鼻、のどをみます。
貧血検査	4月26日（水） 9：00～	2年生	☆ 採血をして、貧血の有無を調べます。 ☆ <u>検査を受けるための同意書を事前に配付</u> します。期日までに提出しましょう。
尿検査	1回目 5月9日（火）  残回収 5月10日（水） (9日に忘れた人)  2回目 5月23日（火）	全学年	☆ 前日は、ビタミン剤やビタミンCが多く含まれているジュースなどはひかえましょう。 ☆ 当日の朝一番の中間尿をとりましょう。 ☆ <u>登校後、各教室で速やかに提出</u> しましょう。 ☆ なるべく <u>1回目の日に提出</u> できるように自分で忘れないように準備しましょう。
心電図 検査	5月31日（水） 9：00～	1年生全員 2・3年生の 希望者	☆ 検査が近くなったら、「 <u>学校検診受診録</u> 」を配付します。大切な資料になるので、期限までに記入もれのないように提出しましょう。 ☆ <u>半袖、ハーフパンツ</u> を持ってきましょう。
眼科検診	6月15日（木） 13：30～	全校生	☆ 学校眼科医 山野邊隆二先生（山野辺眼科）が検査をしてくださいます。
歯科検診	6月28日（水） 9：30～	全校生	☆ 学校歯科医 藤田純先生（なこそ歯科）が検査をしてくださいます。 ☆ 当日の朝、 <u>ていねいに歯みがきをして</u> きましょう。

