



令和3年4月6日  
大田区立石川台中学校  
保健室

入学、進級おめでとうございます。新しい環境や友だちとの出会いにワクワクする反面、ちょっと緊張気味の1年生、1つ上の学年で気持ちを新たに一層頑張ろうと気合を入れている2、3年生。そんなみなさんが充実した学校生活を送れるよう、保健室から健康面のサポートをしていきます。養護教諭は渡邊亜優（わたなべあゆ）です。よろしくお祈りします。楽しかったことや不安なこと、いつでも保健室にお話ししに来てくださいね。



また、4・5月は保健に関する行事がたくさんあります。自分の体の状態を知ることは、とても大切なことです。健康診断では自分では日ごろ気づかない、体からのSOSがある場合があります。もしSOSが見つかったら、早めに専門医で診てもらいましょう。また、提出の遅れや準備不足のないよう、しっかり確認をしてくださいね。



## 保健関係提出物リスト

### ① 家庭緊急連絡票

医療機関への受診や早退が必要な場合は、保護者の方に連絡させていただきます。  
2・3年生は追記事項や変更がある場合にご記入ください。組・出席番号を忘れずに。

### ② 保健調査票（兼 結核問診票）

必要事項を記入し、結核問診票は「はい」「いいえ」のどちらかに○をつけ、表紙の保護者印の欄に押印してください。

### ③ 心臓検診調査票 ※1年生のみ



## 保健室の利用について



### 1 保健室では

- 生徒の発育、健康状態を把握するための健康診断
- 学校での傷病発生時の応急処置
- 身体や心の健康についての相談
- 感染症予防のための措置

などを行います。

### 2 保健室利用の注意

- 傷病等で保健室を利用するときは、授業中はその授業の先生に、休み時間は職員室にいる担任または学年の先生に申し出て、「保健室利用カード」をもらってから来てください。
- 緊急の場合を除き、できるだけ休み時間に利用するようにしましょう。
- 身体計測は休み時間と放課後に可能ですが、休養者がいる場合はほかの時間にしましょう。
- 保健室では内服薬は出せません。
- 保健室での休養は原則1時間です。それ以上休養が必要な場合は、早退し自宅で様子を見てください。
- 登校前に具合が悪くなら必ず家庭で検温や手当をし、症状によっては無理をして登校せず、自宅で休養するか受診してください。



## 学校医の先生方

内科	山口医院	山口 壮 先生
眼科	高山眼科	高山 迪子 先生
耳鼻咽喉科	いまい耳鼻咽喉科	今井 容子 先生
歯科	神尾歯科医院	神尾 政治 先生
薬剤師	スパーテル薬局	永長 聖子 先生



# 保健関係行事日程



月	日	曜日	検診名	対象	時間	場所・備考
4	12	月	身体計測・視力・聴力・血圧	全学年	1, 2校時	視聴覚室他
4	14	水	耳鼻科検診	全学年	9:00~	保健室
4	15	木	眼科検診	全学年	13:25~	保健室
4	22	木	心臓検診	1年、2・3年 該当者	13:05~	図書室
5	6	木	腎臓検診1次	全学年	1校時始業まで	各クラスで回収
5	7	金	腎臓検診1次予備日	1次未提出者	1校時始業まで	保健室へ提出
5	10	月	内科検診	2年、3A、C組	13:25~	保健室
5	13	木	歯科検診	全学年	13:25~	視聴覚室
5	17	月	内科検診	1年、3B	13:25~	保健室
5	21	金	腎臓検診2次	2次対象者 1次未提出者	1校時始業まで	保健室へ提出
5	24	月	腎臓検診2次予備日	2次未提出者 1次未提出者	1校時始業まで	保健室へ提出
6	4~5、 7~11		腎臓検診3次	該当者	未定	池上会館
6	14	月	水泳前健康相談	該当者	13:25~	保健室
10	4	月	宿泊前健康相談	1・3年生該当者	13:25~	保健室

## 健康診断活用のもステップ

健康診断には、みなさんの健康に活用できる3つのステップがあります。



**ステップ1** 体の様子を知る

「1年前より身長が3センチ伸びた」「むし歯ができていた…」

普段は気にしない自分の体の様子、具体的な結果で確かめましょう。



**ステップ2** 自分の体に興味を持つ

「どうして身長が伸びたんだろう?」「なぜむし歯ができたんだろう?」

結果を見て「なぜそうなったか」を考えてみましょう。



**ステップ3** 健康目標を持つ

「規則正しい生活を続けてもっと身長を伸ばそう」「ごはんの後の歯みがきを徹底しよう!」

結果と振り返りをもとに、1年間の健康目標を立ててみましょう。



せっかくの健康診断をうまく活用して、1年間健康でいたいですね。

学校管理下でケガをしたとき

災害共済給付金

を利用できます

学校の管理下でケガをして受診した場合、日本スポーツ振興センターに申請すれば、災害共済給付をうけられます。

医療費の自己負担分の総額が、1,500円以上である

ことが要件です。専用の申請書類をお渡し

しますので、治療を始めたら、すぐに

保健室までお知らせください。



学校の管理下とは?

授業中、運動会、遠足、部活動、  
修学旅行、林間学校、水泳指導、  
休み時間、登下校中 など

※詳しくは「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について」をご覧ください。