



# 保健だより

4月号 流山市立北部中学校 保健室

ピカピカの新入生を迎えて、また新しい生活が始まりました。中学校の3年間は体も心もとても大きく変化する時期です。一人一人が「なりたい自分」になるためにチャレンジする時期です。お互いが変わっていくことを意識して認め合い、さらにいい関係作りができれば素敵ですね。

## 🌸🌸🌸🌸🌸 からだを大切にすることを育てよう。🌸🌸🌸🌸🌸

皆さんは、今、からだも心も大きく変化する時期にあります。変化にとまどっている人もいるでしょう。でも、その変化をしっかりと見つめてください。自分のからだに関心を持つことが、「からだを大切にしよう」という気持ちを育てます。

それは、「他の人のからだも大切にしよう」という気持ちにもつながっていくのです。

健康診断が始まります。「とくに調子の悪いところはないのに、何を調べるの？」という人もいます。健康診断は、何のために行うのでしょうか？

### 健康診断3つの目的

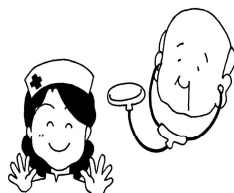
1. 自分の発育や健康状態を知る。
2. 病気の予防・早期発見・健康を守る。
3. より健康な生活を送れるよう、健康への意識を育てる。

誰のためでもない、自分のための健康診断なのだという意識をもちましょう。



1年間お世話になる学校医、学校歯科医、学校薬剤師の先生方を紹介します。

内科	松山 泰久先生 松崎 光宏先生	松山クリニック 江戸川台クリニック
耳鼻科	中村 寧 先生	中村耳鼻咽喉科クリニック
眼科	西浦 慶子先生	西浦 眼科
歯科	蔦森 謙治先生 藤田 知久先生	ツタモリ歯科医院 オーク歯科クリニック
薬剤師	藤波 宏忠先生	イースト薬局



## 健康診断日程

日 時	検査項目	対象学年
4月25日(水)	内科・結核・運動器検診	全学年
4月26日(木)	眼科検診	全学年
5月10日(木)	耳鼻科検診	全学年
5月11日(金)	尿検査	全学年
5月17日(木)	歯科検診	全学年
5月18日(金)	尿検査予備日	全学年
5月21日(月)	心臓検診	1学年



事前に提出する問診票や当日に提出する検尿などがあります。必ず日程の確認をして、忘れずに提出してください。

### 保護者の方へ

#### ●欠席・遅刻をするときは・・・

何も連絡がなく登校が確認できないと、登校途中で何かあったのでは？と心配になります。欠席・遅刻をする場合は、お手数でも必ずご連絡下さい。そして遅刻をして登校する際には、お子様の安全確保について十分配慮されますよう、よろしくお願いいたします。電話連絡の場合は、7：55までにご利用します。(7152-0036)

#### ●学校生活が原因でのケガで受診したら・・・

授業中、休み時間、課外授業(部活動、校外学習など)、登下校中などの学校生活の中でケガをし、病院を受診した場合そのケガが治癒するまでに窓口負担が1500円を超えたら「日本スポーツ振興センター」へ医療費を請求することができますので、ご連絡下さい。手続き後、2～3ヶ月で指定口座へ給付金が振り込まれます。請求できるのはケガをした日から2年間です。ご注意ください。

### 早寝・早起き・朝ごはん

「早寝・早起き・朝ごはん」は元気で充実した中学校生活を送るために欠かせない3要素です。忙しい毎日、誘惑の多い夜ですが、最優先で実行してください。

