

保健だより 4月

平成29年4月
城東中学校保健室

ご入学・進級おめでとうございます。
今年度、城東中学校でお世話になります養護教諭の大島 珠美と申します。
生徒が心も体も元気であられるようにサポートしていきたいと思います。
どうぞよろしくお願い致します。

勉強も運動も健康が基本！健康状態をしっかり知ろう！

《4月の保健行事》

月	日	曜	項目	該当者	連絡事項
4	11	火	身体測定(身長・体重)	全校生徒	体育着 忘れずに。 メガネを持っている人はメガネの持参を。
			視力検査	全校生徒	
			聴力検査	1・3年生	
	18	火	尿検査 ※8時55分までに提出	全校生徒	前日にキットを配付します。 月経のため、検査できない人は <u>養護に申し出ること。</u> 予備日 おこないます。
20	木	歯科健診	全校生徒	朝の 歯みがき しっかりと。	
28	金	口腔内写真撮影	1年生	朝の歯みがきしっかりと。	

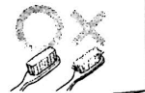
学校における定期健康診断は、確定診断を行うものではなく、心配のあるものや疑いのあるものを選び出す「スクリーニング（選別）」です。

「受診のすすめ」の通知を受け取った場合、なるべく早くお医者さんに診ていただきましょう。

歯科健診の結果は全員配付されますが、その他の検診結果は通知を受け取らなかった場合は「異常なし」です。

【歯フラシも忘れずに！】

給食後、5分間の**歯みがきタイム**があります。



どうして健康診断をするのかな？

<p>自分のからだについて知るため</p> <p>自分のからだの成長を知ったり、異常が隠れていないかを確認したりします。</p>	<p>病気を早く見つけて、早く治療するため</p> <p>検査や検診を通じて、具合のよくないところを見つけ、悪化を防ぎます。</p>	<p>自分のからだや健康に関心をもつため</p> <p>健康診断をきっかけに、自分のからだや健康に関心をもて、健康の維持につながります。</p>
--	--	--

今年度お世話になります
学校医の先生

- 内科 頼原 禎人 先生（東毛敬愛病院）
井浦 浩司 先生（とうもう整形外科）
- 眼科 大川 雅史 先生（大川眼科）
- 耳鼻科 前原 良路 先生（まえはら耳鼻科）
- 歯科 西林 滋 先生（西ばやし歯科医院）
- 薬剤師 長谷井竹子 先生（ハセイ薬局）

尿検査 Q&A



- Q1. 何のために行うの？
- A1. 腎臓病や糖尿病を早期に発見するため、尿の中に蛋白や糖、潜血がないか調べます。
- Q2. 採尿の仕方は？
- A2. 前日寝る前に排尿しておき、朝一番の尿をとります。出始めの尿は捨て、その後の中間尿をとるようにします。
- Q3. なぜ朝一番の尿をとるの？
- A3. 朝一番の尿は濃縮されていて成分が多く含まれ、検査に適しています。また、起立姿勢を続けるとお出る蛋白などを除外するためです。

保健室ではこんなことはできません



内服薬はあげられません



継続した手当はできません（治療は病院へ）



長時間の休養はできません（休養は原則1時間）

保健室は、学校だけがをしたときに応急処置を行ったり、具合の悪い時に一時的に休んだりするところです。病院ではないので、薬を出したり治療したりはできません。

