

ほけんだより



南中学校 保健室

令和5・5



内科検診がはじまります

【日時】 2年生・・・5月15日(月) 13:30～
 3年生・・・5月26日(金) 13:30～
 1年生・・・5月31日(水) 13:30～



【服装】 半そで体操服

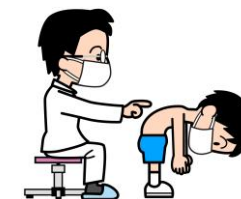
【注意事項】

- 聴診器で体の音を聞くので、待っている人は静かにしましょう
- 皮膚のようすをみるので、お風呂に入って体をきれいに洗っておきましょう
- 2、3年生で健診当日に欠席した生徒は他学年の健診日に受けてください。

【学校医】 砂川 満 医師

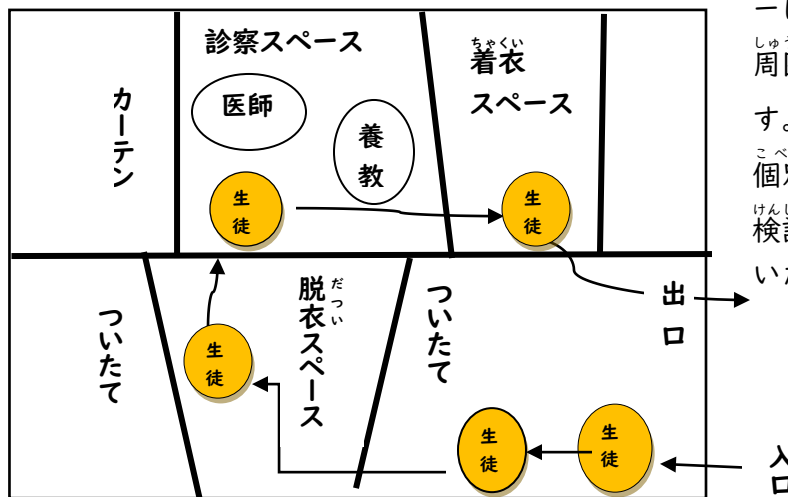
【どんなことをみてもらうの?】

- 心臓や呼吸器に異常はないか (聴診器で胸の音を聞く)
- 貧血がないか、栄養が十分とれているか
- 皮膚の状態に異常はないか
- 脊柱、胸郭、四肢に異常はないか (運動器健診を含む)



学校生活をしていく上で支障のある病気や症状がないかを見つけるための健康診断です。病気で医師の診察を受けるものではありません。皮膚の状態や内臓の病気、栄養状態・発育が十分であるか、貧血がないか、背骨や肋骨の状態なども診てもらいます。病院を受診される場合と違い、検査項目がたくさんあります。

内科検診 保健室 配置図



内科検診時は、生徒のプライバシーに配慮し、脱衣、診察の際は、周囲から見えないようにしています。衝立やカーテンなどを使用し、個別スペースを確保しています。検診へのご理解、ご協力お願いいたします。



新学期が始まって1か月



この時期は、特に疲れを感じやすくなります。上手に休養をとって、心と体を健康な状態に保ちましょう。悩みがあるときは、信頼できる人に相談してみましょう。

©少年写真新聞社2023

楽しかったゴールデンウィークも終わり、1学期も1ヶ月が過ぎました。新しいクラスには少しずつ慣れてきましたか。さて、1学期は健康診断がたくさんあります。自分のからだの様子を知って、治療を必要とするところが見つかった人は、すぐに病院に行くようにしましょう。



熱中症に注意しよう



5月になり、暑い日が増えてきます。自分の命を守るためにも、必ず、水分を用心するようにしてください。しかし、部活や体育などで運動した後に保健室に水分を求めてやってくる生徒が増えてきました。

昨年度から校内2か所に自動販売機を設置しています。お茶や水が足りなくなった人は、そちらで購入するようにしてください。

5月の暑い日に、熱中症が発生しています



帽子や風通しの良い服装で、衣服を調整しよう

こまめに水分を補給しよう

運動や入浴で汗をかく練習をしよう

©少年写真新聞社2023