



# ほけんだより 4月号

川口市立元郷中学校 保健室 令和5年4月10日(月)

入学・進級おめでとうございます! .....🌸.....🌸.....🌸.....🌸.....

新たな一年を気持ちよくスタートさせるには、「早寝早起き朝ごはん」「食後の歯みがき」など、自分の体を健康に保つことが大切です。不安や期待などで気持ちが落ち着かないときは、健康的な生活を特に意識してみてください。引き続き保健室を担当します並木夕佳(なみきゆか)です。みなさんが心身ともに元気に生活できるようサポートしていきたいと思っておりますので、困ったことがあれば相談してください。



## まだまだ続く感染症対策

本人、または同居するご家族が体調不良で感染症の検査を受けるという時は、学校にご連絡ください。(元郷中 048-222-4143)

マスクの着用が基本的に個人の自由となりましたが、新型コロナウイルス感染症がなくなったわけではありません。また、インフルエンザの流行状況は3月の時点で注意報が出ていました。今後は、誰かに言われるのではなく、自分で正しい情報を得て、自分で考えて、状況に合わせた対応をとる必要があります。

<主な感染症対策とその効果>

手洗い	石けんで泡立てて手を洗うことで、手に付着したウイルスを洗い流す。 清潔なハンカチを持ち歩こう。	
換気	室内の空気を入れ替え、浮遊するウイルスを外へ追い出す。	
マスク	飛沫や花粉などが口や鼻に直接入ることを防ぐ。 咳やくしゃみをしたときに、飛沫が飛ぶのを防ぐ。(咳エチケット)	
3密の回避	感染症は人から人へうつるので、「密閉・密集・密接」を避けることで感染を防ぐ。	
健康観察	体調が悪いときは早めに休み、病院を受診することで、早い回復が望める。	
早寝早起き 朝ごはん	自分の体の病気への抵抗力を上げる。	

※地域の感染状況に応じて、マスクの着用や手洗いの呼びかけを行いますので、感染症情報に注意してください。



## 健康診断が始まります

学校で行っている健康診断は、病気などの疾病の疑いがあるかどうかを調べるもの(スクリーニング)です。最終的な診断・治療については、医療機関で受診する必要があります。検診の結果、医師の診察を受けた方がよいと判定された場合は、速やかに受診をお願いいたします。

健康診断で使用するために、

- ・保健調査票(緑)
- ・結核に関する問診票(黄)
- ・心臓検診問診票

をお配りしております。検診に必要なものですので、4月12日(水)までに必ずご提出いただきますようお願いいたします。

### お世話になる学校医の先生

金澤 稔先生	内科	金沢クリニック
長谷 達也先生	内科	朝日中央診療所
玉手 収先生	歯科	玉手歯科医院
森田 修一先生	歯科	森田歯科医院
権 誠基先生	耳鼻科	ごん耳鼻科クリニック
清水 潔先生	眼科	川口あおぞら眼科
秦泉寺重男先生	薬剤師	いずみ薬局

# 令和5年度 健康診断予定

日	曜日	項目	対象	時間	備考
4/10	月	【配布物】 保健調査票 スポーツ振興センター 心臓検診調査票 結核検診問診票	全学年		4/12（水）までにご提出お願いいたします。
4/12	水	発育測定・視力検査	2・3年	1・2校時	発育測定は、体育着で測定します。 眼鏡を使用している人は眼鏡持参。
			1年・5組	3・4校時	
4/13	水	聴力検査	3年・5組	1・2校時	耳掃除をしておきましょう。
			1年	3・4校時	
4/13	水	内科検診 【長谷医師・金澤医師】	5組	13:25~	体を清潔にして、爪を切っておきましょう。
			2-1・2 3年全員		
5/8	月	心臓検診 【健康づくり事業団】	2・3年該当者 1年全員	13:30~ 15:10	欠席者は、後日に保護者引率で、別会場に受けに行ってください。
5/11	木	内科検診 【長谷医師・金澤医師】	2-3・4 1年全員	13:25~	体を清潔にして、爪を切っておきましょう。
5/17	水	尿検査 【健康づくり事業団】	全員	9:00までに提出	忘れずに提出してください。 月経中の人は、2次の日に提出できるので保健室に言いに来てください。
5/18	木	尿検査 【健康づくり事業団】	全員	9:00までに提出	
5/30	火	尿検査二次 【健康づくり事業団】	該当者	9:00までに提出	該当者各自が保健室前廊下の袋に提出してください。
6/6	火	結核検診（X線検査）	教員全員 該当生徒	10:30~ 11:00	レントゲン車が来校し、該当する生徒は学校で検査を受けることができます。
6/7	水	歯科検診 【森田医師】	5組 2-1・2 3年全員	9:00~	歯をみがいてきてください。
6/8	木	歯科健診 【玉手医師】	2-3・4 1年全員	9:00~	
6/13	火	耳鼻科検診 【権医師】	抽出者	13:30~	アンケートより受診する生徒を抽出します。

※結核検診・心臓検診は予備日がありますが、保護者が該当日時に別会場へ連れて受けに行く形になりますので、ご了承ください。該当者に詳細をご連絡します。

## ※色覚検査について

先天色覚異常は、日常生活にはほとんど不自由はありませんが、状況によっては色を見誤って周囲から誤解を受けたり、色を使った授業の一部が理解しにくいことがあるため、学校生活では配慮が望まれます。治療方法はありませんが、授業を受けるにあたり、また、職業・進路選択にあたり、自分自身の色の見え方を知っておくためにもこの検査は大切です。色覚検査を受ける希望のある方は保健室までご連絡ください。

（元郷中 048-222-4143）

