

保健だより

2025

4.2

4/22（火）3年生の内科健診があります

注意

- ・体操着登校です。
- ・髪の毛の長い人は結んできましょう。

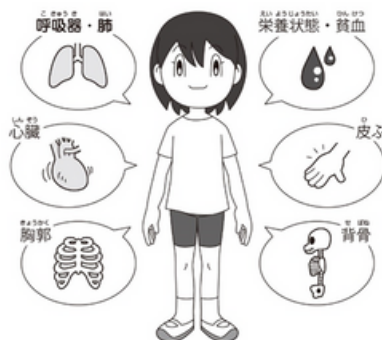


内科健診の目的・・・からだ全体の様子を診ます。

- ①心臓など内臓の病気を聴診（聴診器）による診察
- ②顔色や皮膚、背骨、栄養状態などの観察
- ③結核問診票による結核の一次健診
- ④運動器検診保健調査による四肢の検査



内科健診で調べる



4/24（木）全学年で耳鼻科健診があります

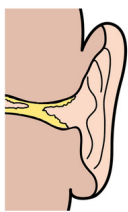
耳・鼻・のどを見ます。

必ず耳そうじをしてきてください！



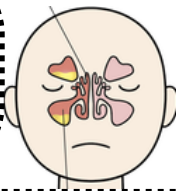
耳垢栓塞（じこうせんそく）

耳あかがたまって、固まってしまった状態。耳が聞こえにくくなったり、耳なりがします。家庭では取れないので、病院でとってもらいましょう。



副鼻腔炎（ふくびくうえん）

鼻水や鼻づまり、頭痛、咳などの症状がみられるほか、においがわからなくなることがあります。鼻の奥の副鼻腔に炎症が起きることが原因です。



扁桃肥大（へんとうひだい）

のどの奥にぼこんと見えるのが扁桃腺です。これが大きくなっている状態を『扁桃肥大』と言います。食べにくい、息がしにくいなど生活に支障がある場合は、手術をする必要があります。



正常な扁桃腺

扁桃腺肥大

アレルギー性鼻炎

鼻水、くしゃみ、鼻づまり、頭痛などの症状が出ます。風邪と症状が似ているので、病院でアレルギー検査を受けることをおすすめします。



青嵐中 ^{りょう}保健室の利用のしかた

1. 担任や学年の先生に保健室に行くことを伝えてから来てください。

→先生がいないときはクラスの保健委員か学級委員に伝えましょう。



2. 体調不良やけがをしたときは保健室に行きましょう。

→1時間の休養で回復しない場合には早退となります。保健室の休養スペースには限りがあるので、休めない場合もあります。

3. 保健室の入り方は、職員室に入るときと同じです。

→「〇年●組の□■です。岩元先生いらっしゃいますか？」

4. 健康診断の時は静かに待ちましょう。

→正しい測定や診断が行えなくなります。静かに落ち着いて待つようにしてください。

その他（保護者の方もご確認ください）

- ・保健室の利用はできるだけ休み時間に行うようにしてください。
- ・早退する際、一人での下校が可能な場合には一人で下校させることがあります。
- ・擦り傷などは洗ってから来てください。
- ・保健室から飲み薬は与えることはありません。
- ・けがの手当は当日、学校でのけが（登下校中や部活動含む）のみ対応します。湿布や絆創膏の張り替えなどは行っていません。

保健室が開いていない時は、担任や学年の先生に相談しましょう。

スポーツ保険について （日本スポーツ振興センター災害救済給付制度）

スポーツ保険（日本スポーツ振興センター災害共済給付制度）について
【どんなときに使える保険ですか？】

学校で生活している際（授業中、休憩時間、登下校、部活動、校外学習など学校管理下においての活動など）に生じたけがで病院を受診した場合に使うことができます。学校でのけがで病院に行った際には、学校にご連絡ください。
（1つのけがで2年間有効）

【申請の方法は？】

学校から必要な書類をお渡しします。ご家庭で記入いただくもの、医療機関に記入してもらうものと両方が揃い次第、学校にご提出ください。

【保険料はいくら戻ってくるの？】

窓口で支払った金額プラス、1割のお見舞い金が支払われます。

ご不明な点は学校までお問い合わせください。