

ほけんだより



2024年4月8日発行

札幌市立柏中学校

保健室

新たな気持ちでスタートを！

新しい学級・新しい先生・新しい友だち。新しい毎日が「当たり前」になるまでは、不安や緊張、とまどいもたくさんあります。新しい毎日を乗り切るためにも、しっかり寝て、しっかり食べて、元気に過ごしたいものですね。

さて、みなさんの健康で安全な学校生活を保健室からサポートするのは、養護教諭の歌川瑞紀^{うたがわみずき}と大貫英里^{おおぬきえり}です。今年度も二人態勢（複数配置）で、みなさんが心身ともに元気に生活できるようお手伝いいたします。

健康診断や傷病の手当てはもちろん、みなさんが何かにつまづいたり悩んだりしたとき、お話を聴いたり、ほっと一息ついてもらえたりできる場でありたいと思います。心や体の不調の原因や回復策を、いっしょに探っていきましょう！ どうぞよろしくお願いします。



保健室ってこんなところですよ♪

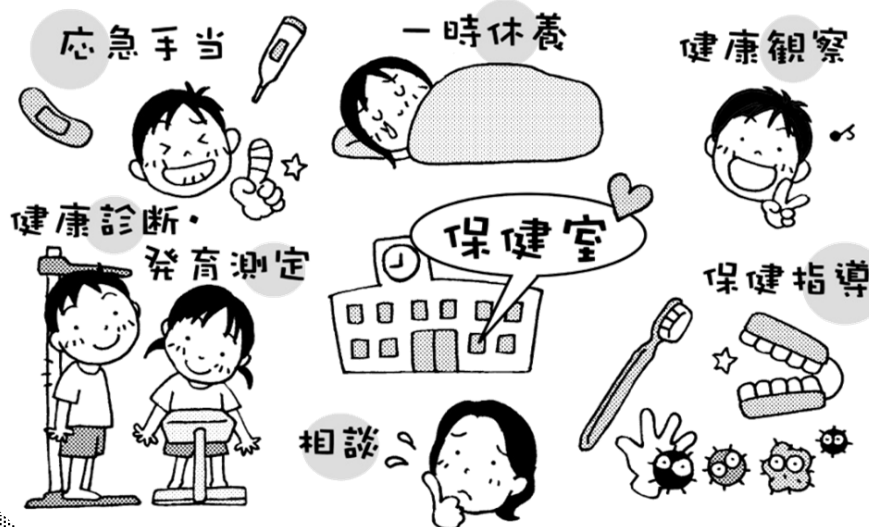
具合が悪かったり、けがをしたりしたときに応急処置を行います。前の日やおうちでのけがは基本的に手当てできませんので、おうちで手当てしてきましょう。

保健室では、原則として、薬の使用はできません。必要な薬は、各自で用意してください。

具合の悪いとき、授業に元気に復帰できるように一時的に休養することができます。原則、休養は1時間まで。1時間休養しても回復する見込みがないときには、早退しておうちでゆっくり治しましょう。

健康管理についてお手伝いします。

健康診断や健康調査、健康相談など、みなさんの



- 一 あいさつはしっかりと
- 二 自分のことばでちゃんと話そう
- 三 ルールやマナーをきちんと守ろう

からだや心のことで、知りたいことや心配なことがあるときには、一人で悩まずに、ぜひ相談してください。ちょっと誰かに話すだけでも気持ちが楽になるかもしれません。どうしたらよいか、いっしょに考えたいと思います。

定期健康診断が始まります！

4月・・・・・・・・・・

保健調査(結核検診・運動器検診含む)

19日(金) 心臓検診 〈1年生〉

24日(水) 尿検査(第1回 回収日) 〈全学年〉

5月・・・・・・・・・・

2日(木) 身体測定・視力検査 〈全学年〉

聴力検査 〈1年生〉

8日(水) 尿検査(第2回 回収日) 〈対象者〉

22日(水) 尿検査(第3回 回収日) 〈対象者〉

内科検診男子 〈全学年〉

23日(木) 内科検診女子 〈全学年〉

29日(水) 眼科検診 〈1年生〉

6月・・・・・・・・・・

13日(木) 歯科検診 〈全学年〉

19日(水) 耳鼻科検診 〈1年生〉

学校医さんを紹介します

内科医 - 土田 茂 先生〈土田病院〉

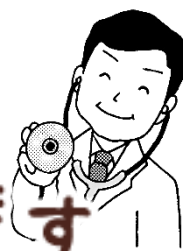
歯科医 - 鈴木 大輔先生〈鈴木歯科医院〉

眼科医 - 宇野 仁輝先生〈山鼻うの眼科〉

耳鼻科医 - 小林 洋 先生〈小林耳鼻咽喉科〉

薬剤師 - 仙場 三和子先生

よろしく
お願いします



どうして毎年するの？

健康診断



健康診断は、みなさんの成長の様子を知るために行います(身長・体重の測定)。また、勉強や運動をするときに、十分な力を発揮できる状態かどうか調べます(視力・聴力検査、運動器検診)。ほかにも、体の不調につながる病気があれば、早く見つけることも大切な目的です(尿検査、内科・歯科・眼科・耳鼻科検診、心臓心電図検査)。

健康診断の結果、治療や精密検査が必要である場合のみ、「健康診断結果のお知らせ」をお渡しします。もらった人は、早めに病院へ行きましょう。異常がなかった場合には特にお知らせしませんが、健康カードに記入していますので、年度末に確認してください。

自分の体をよく知ることは、自分の体を大切にすること。

健康診断は、自分の健康を見つめなおすチャンスなのです♪

保護者の方へ

日本スポーツ振興センター給付金の請求について

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度は、登校から下校までを「学校管理下」としてとらえ、その間に発生した災害について、その医療費の自己負担額や見舞金等の給付を行っています。

- 授業中・休み時間中・学校行事中・部活動中・登下校中など、学校管理下におけるケガ等

<給付の制限を受けるもの>

- ① 他の法令により、医療費の助成を受けた場合は、給付額が調整されます。

→ 札幌市の医療費助成制度(今年度より中学生に拡大されます)

→ ひとり親医療費助成や子ども医療費助成など

- ② 交通事故などの災害で第三者から損害賠償を受けた場合

- ③ 医療保険診療以外のもの、生活保護を受けている世帯の生徒に係る災害については給付の対象となりません。



制度の詳細や法令等の情報は、日本スポーツ振興センターホームページ

「学校安全 web」でご覧になれます。 → <https://www.jpnsport.go.jp/anzen/>

