

# ほけんだより

令和6年4月  
船橋中学校  
保健室



新年度がスタートしました。入学・進級おめでとうございます。新しいクラス、新しい友達や先生など、4月は環境が大きく変化します。新しい環境は楽しさと同時に、自分が思う以上に疲れるものです。まずは生活リズムを整え、早寝・早起きの習慣を身に付けましょう。

みなさんが勉強や部活動に力を発揮し、充実した1年間になることを願っています。

- 【4月の保健目標】**
- ・自分の健康や身体について知ろう
  - ・今年の健康目標を考えよう

## ★健康診断が始まります★



なぜ健康診断をするの？  
何が大切なの？

☆**健康診断は法律で定められた学校行事です。** **学校保健安全法（第13条）**

「学校においては、毎学年定期に、児童生徒等（通信による教育を受ける学生を除く。）の健康診断を行わなければならない。」とあります。

そのため、健康診断は法律で実施が義務付けられている学校行事なのです。

☆**健康診断が大切な理由**

- ・体がどのように、どのくらい成長したかを調べる。
- ・体に病気や異常がないかを調べる。また、早期発見、早期治療へとつなげる。
- ・自分の心身の健康について、意識を向ける習慣をもつきっかけとする。
- ・より健康になるための課題に取り組む。

健康は、生きていく上で欠かせないものです。健康診断を受けたときの状態や結果だけにとらわれず、長いスパンで自分の将来の健康について考えてほしいと思います。また、本校のホームページへ、**学校健診の目的と方法**について資料をアップいたします。ご一読ください。

**【4月：保健行事日程】** ※身体測定・内科検診・心電図検査では、体操服が必要です。忘れないようにしましょう！

月	日	曜	検査項目	該当学年・クラス
4	10	水	身体測定等	1年、1組
	12	金	身体測定等	3年
	15	月	心電図検査	1年、対象者
	16	火	身体測定等	2年
	17	水	内科検診	1年8～11組(男女)
	25	木	尿検査	全学年
	26	金	内科検診	2年2～12組(女子)、1組



4月～6月にかけて健康診断等を実施します。保護者の皆様には、提出物など色々のご協力をいただくことがあります。お忙しいとは思いますが、期限厳守をお願いいたします。

## 健康診断の準備をしよう

健康診断では、みなさんの体の様子や健康状態を調べます。正確に把握するためには、しっかりと準備をすることが大切です。前日・当日は次のことを実行してください。

〔前日までの準備〕

- ・お風呂に入る。
- ・手足の爪を切る。
- ・必要な持ち物をチェックする。
- ・なるべく早く寝る。

〔当日の準備〕

- ・清潔な服、肌着を着る。
- ・忘れ物がないか再度チェックをする。
- ・長い髪は検診の邪魔にならない髪型にする。

健康診断の結果、受診が必要な場合は個人通知をします。なるべく早く受診をしてください。まずようお願いいたします。また、受診が終わりましたら、結果を保健室にお知らせください。

\\ お世話になります! //

## 学校医・学校薬剤師の先生方



〔内科〕朝比奈 信武 先生（朝比奈クリニック） 〔眼科〕 斎藤 守 先生（さいとう眼科）  
栗谷川 紅子 先生（船橋総合病院）  
富谷 久雄 先生（富谷内科循環器科） 〔薬剤師〕 渡邊 真純 先生（カネマタ薬局芝山在宅センター）  
酒井 健介 先生（北習志野花輪病院）

〔歯科〕鈴木 篤 先生（鈴木歯科クリニック）  
遠山 良成 先生（遠山歯科クリニック）  
森山 幸一 先生（船橋もりやま歯科・矯正歯科）  
久保木 由紀也 先生（くぼき歯科クリニック）  
田村 耕一郎 先生（田村歯科医院）

健康診断のときはもちろん、学校の活動で怪我や病気になったときなど、みなさんの健康的な学校生活を様々な面からサポートして下さる先生方です。

来校された際には、きちんと挨拶をしましょう。

## 保健室利用のルール

1年生は覚えておこう！  
2,3年生は、もう一度確認をしよう！

- ①入室するときは、担任の先生または授業の先生に自分で直接伝えてくること。
- ②入室するときは、学年・クラス・氏名・症状をはっきりと伝えること。
- ③保健室の休養は、原則1時間です。
- ④学校で起きた怪我は対応しますが、継続した手当てはできません。
- ⑤保健室から借りたものは、早めに自分で返しに来ること。

## 保護者の方へ 日本スポーツ振興センターの手続きについて

日本スポーツ振興センターに加入している人が、学校の管理下（授業中、部活動中、登下校等）で怪我をした時に、災害共済給付金が受けられる制度です。

負傷・疾病では、初診から治療までの間の医療費総額が5000円以上（病院の窓口で保険証を使い、1500円以上）の場合に給付対象になります。

なお、申請した際には、医療機関で受けた証明が必要です。また、請求に必要な書類をお渡すため、学校へ受診したことを伝えてください。