

保健だより 6月号

平成29年6月7日

東明館中学校・高等学校保健室

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。食中毒にも気をつけなければいけませんね。じめじめした天気が続くといふと心までどんよりしがちですが、過ごしやすい環境作りに努め、心も体も元気に過ごしましょう。



熱中症対策、忘れずに

今月は、眼科健診、耳鼻科健診があります。4月からいろいろな健診を行いましたが、定期健康診断といって、学校保健法で定められたものです。必ず受けるようになっていきますので、健診の日に欠席していたり、受けられなかった生徒にはお便りを出します。必ず学校医さんや主治医の先生に診てもらいましょう。そして健診結果は、速やかに学校に提出してください。

～眼科健康診断について～

眼科健康診断では、目の病気や視力に影響を与える目の病気がないかを調べます。注意事項をよく読み、スムーズに健診が進むようにしましょう。

1. 健診日程
平成29年6月8日(木) 13:30～
対象：中学生、高1
平成29年6月15日(木) 13:30～
対象：高2、高3
2. 健診場所
多目的ホール



注意事項

- ①健診会場では静かに待ちましょう。
- ②名札を必ずつけてくること。
- ③健診を受ける前に医師にあいさつをしましょう。
- ④自分の前が欠席の場合は記録の先生に伝え、「名前」をはっきりと言いましょう。
- ⑤メガネをしている人は外してうけてください。
コンタクトをつけている人は外したりせず、そのままうけることができます。

～耳鼻科健康診断について～

耳鼻科健康診断では、耳・鼻・のどに病気や異常がないかを調べます。高2・高3は、事前アンケートの結果で健診該当者にはお知らせします。注意事項をよく読んでおいてください。

1. 健診日程 平成29年6月13日(火) 13:20～
 対象：中1、中3
 平成29年7月4日(火) 13:20～
 対象：高1
 平成29年7月5日(水) 13:20～
 対象：高2・高3の該当者
 *中2はありません。



2. 健診場所 多目的ホール
 静かに出席番号順に並んでください。

<注意事項>

- ★前日に耳掃除をしておきましょう。耳あかがたまっている人は毎年いますよ。
- ★必ず名札をつけ、身だしなみを整えましょう。
- ★自分の前が欠席の場合は、記録の先生に伝えてください。
- ★医師にあいさつをし、記録の先生に「名前」を言いましょ。
- ★髪の毛は耳にかけ、長い人は結びましょう。耳を出してください。
- ★右耳→左耳→鼻→のど の順番で診てもらいます。

～健康診断結果について～

今までに実施した視力検査や各健康診断の結果、何らかの所見があったり、疾病の疑いがあった人には、「受診勧告書」を配布しています。早速、病院へ行って結果を報告してくれた人もいます。補習や部活動などで帰りが遅く、なかなか時間がない人もいますが、おうちの人と相談し、早めに専門医に受診しましょう。

なお、受診した結果は病院で書いてもらい、担任の先生や保健室へ速やかに提出してください。

「受診勧告書」をもらった人全員が病気ではありません。むしろ、病気ではなかったという人の方が多いかもしれません。しかし、そのままにしておいていいことでもありません。病気は早期発見・早期治療が大切です。自分のからだのことを知り、自分の健康は自分で守る自己管理ができる人になりましょう。

気になることや心配なことがあったら、ぜひ相談に来てください。