

平成 27 年 6 月 1 日
進徳女子高等学校 保健室発行

新学期が始まり2 カ月が経ちました。中間考査が終わり、ほっと一息ついている頃でしょうか？
まもなく梅雨の季節を迎えます。天気によって蒸し暑かったり肌寒かったりする時期なので、からだの調子を崩さないよう気をつけてください。

健康診断なぜするの？

まず、保健調査票や各検診の間診票で、ふだんの自分の健康状態をふり返りましょう。
健康診断を受けて、各校医さんに健康状態を判断してもらいます。

自分のからだを.....

知る



- 発育の状況 ————— 身体計測
- 視力・聴力の目安 ————— 視力検査
— 聴力検査
- 皮膚の状態 ————— 内科検診

心身を.....

育てる



- 健康に関する知識を身につけて、実行していきましょう
- 病気がみつかったときには、適切な対応をしていきましょう
- 将来にわたって自分の健康を管理する力を身につけましょう

自分の健康を.....

守る



校医さんが学校生活に支障のある病気がないかスクリーニングします。

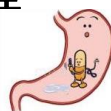
病気の疑いがあれば、早く受診しましょう

- 目・鼻・喉・耳の病気の疑い ————— 眼科検診
— 耳鼻咽喉科検診
- 心臓・肺・気管支の病気の疑い ————— 心電図検診
— 内科検診
- 腎臓の病気の疑い ————— 尿検査
- むし歯・歯周病 ————— 歯科検診
- かみ合わせの異常 ————— 歯科検診
- 結核の疑い ————— 結核検診

今年も健康診断でお世話になる校医の先生方です。



内科:堂面内科
堂面 政俊先生



眼科:生塩眼科
生塩 元章先生



耳鼻咽喉科
石田耳鼻科
浜井 行夫先生



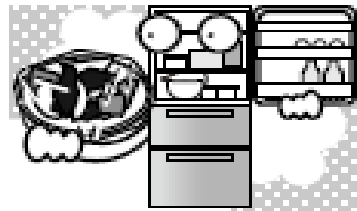
歯科:中山歯科
中山 隆史先生



節度ある態度で接し挨拶をしましょう。

梅雨の安全

3 × 3



食中毒

- ① 食事の前は手を洗う
- ② 食べものを室温で放置しない
- ③ 賞味・消費期限に気をつける

熱中症

- ① 汗をよく吸い、空気のとおりの良い服装で
- ② こまめに水分をとる
- ③ 体調が悪いときは無理をしない



雨の日のケガ

- ① カサさし自転車はぜったいダメ
- ② 室内がすべりやすいので注意
- ③ カサをふりまわしたりしない

保健室からのお知らせ

- 6月 9日 (火) 眼科検診
10日 (水) 耳鼻科検診
11日 (木) 内科検診 (体操服を必ず準備しておくこと)
12日 (金) 歯科検診

全て大切な検査です。欠席しないようにしてください。

※各検診では保健委員の指示に協力し、静かに出席番号順に並んで移動すること。医師の声が聞こえない状況では、正しく記録ができません。検診中は、静かにすること。

6月11日(木)の内科検診については、昼休憩中に体操服に着替えるので準備をしておくこと。

カウンセリングについて

生徒・保護者の方どなたで利用することができます。ご希望の方は、担任もしくは養護(保健室)中村までお知らせください。

