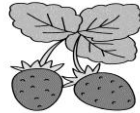


ほけんだより



平成26年4月21日

六郷中学校 保健室 No.1

新学期が始まりました。新しい生活が始まって2週間になります。様々なことがスタートする4月は、緊張と不安が入り交じり、新しい環境に慣れようとがんばる場面が多いので疲れがたまりやすくなります。

新学期疲れにご注意!

時間を上手に使って睡眠時間を確保し、夜に体をしっかり休めることが大切です。

保健室ではこの1年間、みなさんの健康をサポートしていきます。何か困ったことや聞いてみたいことがあったら、一度保健室に来てください。



今年度の健康診断スケジュールです

月日	曜	検査項目	該当学年	時間	検査場所	備考
4/22	火	耳鼻科検診 尿検査(1次)	1年生 全学年	10:50~ 朝の会まで	保健室 保健室	
4/23	水	尿検査(予備日)	全学年	朝の会まで	保健室	前日忘れた人
4/24	木	耳鼻科検診	3年生	13:30~	保健室	
5/1	木	尿検査(2次)	全学年	朝の会まで	教室	2次対象者と1次検査未提出者
5/2	金	尿検査(予備日) 眼科検診	全学年 全学年	朝の会まで 9:50~	保健室 保健室	
5/9	金	心臓病検診	1年生	13:30~	武道場	
5/13	火	内科検診	3年生	13:15~	保健室	
5/14	水	尿検査(女子)	未提出者	朝の会まで	保健室	
5/20	火	内科検診	2年生	13:15~	保健室	
5/27	火	内科検診	1年生	13:15~	保健室	
6/4	水	歯科検診	全学年	8:50~	保健室	

インフルエンザにご注意を!

4月になって暖かい日が続いていますが、インフルエンザの流行はまだ続いています。六郷中学校でも新学期が始まってから、インフルエンザと診断された生徒が何人か出ています。市内の学校では、先週、インフルエンザによる学級閉鎖を行う学校もありました。休養と栄養をしっかりとること、手洗いやうがいをしてウイルスが体に入らないようにすることなどを心がけ、元気で楽しい学校生活を送れるようにしたいですね。朝から体調が悪いときは、必ず家の人に症状を伝えるとともに、無理をせず、家でしっかり休養をとって、早く学校に登校できるようにしましょう。

4月22日(火)は尿検査(1次)の提出日です!

<対象学年> 全学年

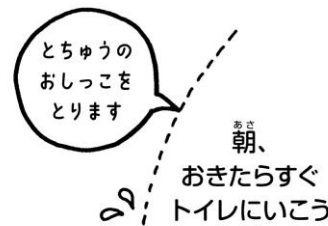
<提出日> 1次検査 **4月22日(火)** →22日の朝に提出できなかった場合は**23日(水)**

※生理中の方は2次検査(5月1日)の日に提出してください。

<提出方法> 登校後,各教室の回収袋に提出します。提出したら名簿に○を付けます。

※ビニール袋などに包んできた人は,袋を外してから提出してください。

※朝の会終了後に保健委員がチェック名簿と一緒に保健室に持ってきます。



<配布物> 採尿容器,採尿コップ,黄色の袋(名前が印刷されています)

<実施方法>①検査前日は寝る前にトイレに行っておきます。

②朝,起きたらすぐにトイレに行きます。

③始めに尿を少し出してから尿を採尿コップにとります。

④採尿コップの中の尿を,ポリ容器で吸い上げます。(2/3ぐらい)

⑤容器のふたをしっかりと閉めて,袋に入れます。

昨年度は,午後になってから保健室に提出に来る人が何人もいました。
提出は朝に教室で!

なぜ尿検査をするのでしょうか?

腎臓は,ソラマメのような形をした臓器で,背中の腰のあたりに,背骨をはさんで左右一つずつあります。腎臓は,血液の中からいらぬものを取り除くフィルターの働きをしています。そして必要なものは再吸収され,いらぬものだけが余分な水分と一緒に尿として体の外に出されます。

尿検査ではこの腎臓がきちんと働いているか,病気などがないかを調べます。

大事な検査です。忘れずに必ず提出するようにしましょう。

保護者の方へ 色覚検査について

色覚検査につきましては,学校保健法施行規則の一部を改正する省令の施行により,平成14年4月1日より,児童生徒の健康診断必須項目から削除されました。それによって,仙台市でも平成14年度以降,定期健康診断項目から除かれています。

色覚検査において異常と判別される場合であっても,大半は支障なく学校生活を送ることが可能であることが明らかになっています。しかし,色覚異常をわかっていなかったために,進路決定の際に,色覚制限のある職業や,不利になる職業に就くことを断念せざるを得ないといった事例が国内であったとの報告があります。

お子さんの色覚につきまして,ご心配,ご相談がありましたら,学校までご連絡ください。