

★ほけんだより★No1

令和4年4月7日
柏崎市立東中学校

令和4年度 学校保健目標

自分の健康に関心を持ち、心身共に自己管理できる生徒



ご入学、進級おめでとうございます。

今年度も学校保健目標は「自分の健康に関心を持ち、心身共に自己管理できる生徒」とさせていただきます。同じ「お腹痛い」でも、中学生になるとなぜお腹が痛いのかかわかるようになってきます。自分の心と身体をよく知り、自分の感情や思いを大切に、自己管理ができるよう、健康面でも自立を目指しましょう。

【 健康診断の予定 】 ご協力をお願いいたします！

調査票、問診票等たくさんの書類があり、お手数をおかけしています。時間が短く大変心苦しいですが、ご協力くださいますよう、お願いいたします！締切は4月11日（月）です。

	月日（曜日）	時間	内容	対象	会場	備考
①	4月8日（金）	2・3限	身体測定	全学年	体育館他	全職員測定
②	4月11日（月）	朝回収	検尿	全学年		予備日13日（水）
③	4月15日（金）	13：20～	耳鼻科検診	1・3年	会議室 体育館	調査票記入 医師2名 検診補助員2名
④	4月27日（水）	13：30～	心臓検査	1学年	会議室他	調査票記入
⑤	5月12日（木）	朝回収	検尿二次	再検査		17日（火）最終
⑥	5月18日（水）	13：30～	歯科検診	全学年	体育館	調査票記入 医師3名 検診補助員3名
⑦	5月23日（月）	13：15～	内科検診	2年生	保健室	問診票記入
⑧	5月24日（火）	13：15～	内科検診	3年生	保健室	問診票記入
⑨	6月3日（金）	13：15～	内科検診	1年生	保健室	問診票記入
⑩	6月23日（木）	13：00～	眼科検診	1・3年	保健室	調査票記入
⑪	6月22日（水）	午後	脊柱側湾症検診	対象者のみ	柏崎メジカルセンターで実施	
⑫	6月22日（水）	午後	運動器検診精密検査	対象者のみ	柏崎メジカルセンターで実施	

★ご不明な点は、東中学校 養護教諭（TEL24-2247）まで



東中3年目になりました。養護教諭の笠輪美穂です。長い人生の中における中学校3年間は本当に短いですが、本当に大きな変化を遂げます。たくさん悩み、たくさん成長する1年にしましょう。困ったことがあったら相談してください。どうぞよろしく願いたします。

感染症拡大防止に関わるお願い

春休み中も、新型コロナウイルス感染症の陽性報告が複数ありました。新学期が始まり、学校内で感染を拡大させないために、生徒のみならず、保護者の方々にも東中学校の対応策をご理解いただき、実践していただきたく、お願いいたします。

検温 	毎朝、家で体温を測ってきます。
健康観察 	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日朝学活時に iPad で健康観察をします。朝家で測った体温を入力します。 ・欠席、遅刻する人も家で入力します。 ・休日の朝も8:30までに入力します。
登校の見合わせについて 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒本人に、発熱やかぜ症状(のどの痛み、咳、鼻水、倦怠感など)がある場合には、登校せず、自宅で休養してください。 ・家族に1人でも上記のような症状がある場合には、登校を見合わせてください。
抗原検査、PCR 検査を受けることになったとき	生徒本人及び家族で抗原検査、PCR 検査を受けることになった時には、すみやかに学校へご連絡ください。 

学校生活全般について

マスクを外す場面(給食時、運動時)や昼休み等の生徒同士が密接する場面では、リスクが上がります。「言われたからする」のではなく、「リスクを自分で考えて対策できる」東中生になれるといいですね。ご協力をよろしくお願いいたします。

保健室 利用のルール



保健室は、誰もが、いつでも、利用することのできる部屋です。それは裏を返すと、他の人にも同じ権利があるということ。必要のある人が必要な時にいつでも使えるように、利用のルールを守って使いましょう。

- その1** 授業中は担当の先生の許可をもらってから来室する。また、休み時間での来室でも次の授業に係る場合には、担当の先生に伝えておく。
 誰にも言わずに来室すると、教室で行方不明扱いとなり学校中探されるなんてことも。
- その2** 休養している人のことも考えて、静かに利用する。

- その3** 保健室にある器具などは先生に断ってから使う。
 身長計は笠輪がいるときに断ってから使ってください。笠輪がないときのけがや病気は学年の先生に相談しましょう。(勝手に絆創膏を持って行くは×です。)
- その4** 保健室での休養は原則として1時間とする。休養後も体調が回復しない場合は家に帰って休む。
 どのくらい、どうやって休むのかなど、一緒に相談しながら決めましょう。

- その5** 急なケガや病気以外は、昼休みなど時間のあるときに利用する。
 相談したいことがある場合は、別にゆっくり話をする時間を確保します。
