

えがお

深谷市立深谷中学校 保健室 H28.4.8. NO.1 4月号



4月の保健目標

健康診断で

自分の体を知ろう

入学・進級おめでとうございます！

今年度も健康な毎日をすごそう

中学生は、心も体もどんどん成長していく時期。まわりの友だちが、少し大人に見えて、あせったり悩んだりしている人もいるかもしれません。成長の段階は人によって違うもの。あせらず、むりのない目標を決めて、心も体も健康な毎日をすごしましょう。



みなさんが、元気に学校生活を過ごすことができるように、「こころとからだの健康」をサポートします。よろしくお願いたします。



平成28年度から 健康診断が 変わります

●運動器検診が新しく始まります

骨や関節、筋肉などの異常が増加しています。そこで、早期発見・治療するために運動器検診を実施することになりました。

●座高の測定・寄生虫卵検査がなくなります

座高の測定がなくなり、身体測定では、身長と体重の測定結果からグラフを作って成長の様子を見ていきます。

寄生虫卵検査は、中学生は今まで通り実施しません。

健康診断に運動器検診が仲間入り

「運動器」って？

骨や関節、筋肉、靭帯、腱、神経など、みなさんのからだを動かすために必要な器官のことです。

あなたはスポーツが好きですか？

スポーツが好き人。練習のしすぎで関節などを使いすぎると、「スポーツ障害」が心配。痛みや違和感をほっておくと、お医者さんでも治さなくなってしまうことが多いです。

スポーツがニガテな人。運動不足だと、必要な筋肉がついていなかったりからだが硬かったりして、必要な動きができないことがあり、思わぬだけの原因になることがあります。

早期発見・早期治療が大切

運動器の病気や不具合を、手遅れにならないうちに見つけて治療するために、運動器検診が始まります。保健調査票の提出を忘れずに！

運動器検診での保健調査票について...



保健室からのおねがい

- 運動器検診保健調査票のチェック項目は、保護者の方と一緒に確認しながら記入してください。
- チェック項目の動作は図解どおりに行って、設問にはしっかり答えてください。
- 腕や足に感じた小さな痛み・違和感も正直に書いてください。
- 提出は4月11日(月)です。

もちろん、わからない事や相談したい事は担任の先生や保健室の先生に聞いてくださいね。





4月から6月はたくさんの検診・検査があります。治療や詳しい検査の必要な人、病気の疑いのある人には『お知らせ』が届きます。早めに病院で受診するようにしましょう。

月 日	検査項目	対象学年	実施時間	場所	備考
4/12(火)	身体測定	3年	1時間目	第1理科室：身長 第2理科室：体重 ラクルーム・会議室：視力 被服室：聴力(1・3年のみ)	
		2年	2時間目		
		1年	3・4時間目		
4/13(水)	尿検査	全学年	登校後すぐ	各教室で回収	
4/14(木)	尿検査(予備日)	13日に忘れた人	登校後すぐ	各教室で回収	
4/14(木)	心電図検査	1年	13:40~	保健室	問診票 4/11提出
4/15(金)	身体測定(予備日)	欠席者	放課後	保健室	個票
4/19(火)	内科検診 (結核・運動器・四肢の状態の検査を含む)	1年 (1~3組)	13:20~	保健室	問診票 4/11提出
4/21(木)	歯科健診	全学年	8:50~	保健室	歯のフケート 歯磨き
4/22(金)	尿検査 (女子予備日)	提出できなかった人	登校後すぐ	保健室前	
4/27(水)	内科検診 (結核・運動器・四肢の状態の検査を含む)	6・7組 1年 (4・5組)	13:20~	保健室	問診票 4/11提出
5/13(金)	内科検診 (修学旅行前)	3年	13:20~	保健室	(結核・運動器・四肢の状態の検査を含む)
5/26(木)	耳鼻科検診	1年	13:30~	保健室	事前調査 4/11提出
5/31(火)	眼科検診	1・3年 2年の一部	13:30~	保健室	2年事前調査 5/23実施
6/13(月)	内科検診 (宿泊学習前)	2年	13:20~	保健室	(結核・運動器・四肢の状態の検査を含む)

*校医さんの都合で日程が変更になることもあります。あらかじめご了承ください。

*そのほかに、尿検査・心電図検診の2次検査は追って対象者に連絡があります。