ほけんだより

平成 27 年 4 月 15 日
河原城中学校保健室

入学・進級おめでとう！新学期が始まって 1 週間ですが、新しい生活には慣れてきましたか？自分のペースが乱れてしまいがちなこの時期ですが、休養はしっかりとり、元気にいこう！

★健康診断の予定★

◎→全員　△→一部の人　×→対象なし

日にち	時間	健康診断名	１年生	２年生	３年生
４／３０（木）	１：３０～	眼科検診	◎	△	△
５／８（金）	１：３０～	内科検診（3 年生）	×	×	◎
５／１３（水）	１：３０～	内科検診（1 年生）	◎	×	×
５／１４（木）	１：３０～	耳鼻科検診	◎	△	×
５／１５（木）	１：３０～	内科検診（2 年生）	×	◎	×
５／２６（火）	午後	心臓精密検診	△	△	△
６／４（木）	９：００～	歯科検診	◎	◎	◎

健康診断の目的は？

1．自分のからだの調子や成長のしかたを知る
2．病気の早期発見・早期治療
3．健康や自分のからだに興味をもつ

どの検査もとても大切です。自分のからだについて知ることは、自分を大切にすることにつながります。健康診断は全部受けてください。

学校医の先生をご紹介します

健康診断はもちろん、みんなの健康に関することにアドバイスをいただいています。

＜内　科＞	下戸文夫先生	しもと医院	はびきの 5-14-3
	山田幸和先生	山田クリニック	恵我之荘 5-1-28
	吉岡伸浩先生	吉岡クリニック	白鳥 1-4-13
＜眼　科＞	大塚　尚先生	おおつか眼科	島泉 9-14-4
＜耳鼻科＞	山岡俊哉先生	山岡耳鼻咽喉科	栄町 5-2 ﾌﾟﾗｲﾑﾋﾞﾙ 2Ｆ
＜歯　科＞	吉田宗敬先生	吉田歯科クリニック	白鳥 2-3-11
＜薬剤師＞	田中利恵先生	まりん薬局	羽曳が丘 1-1-26

★明日は尿検査。絶対忘れないで！！★

～コップと容器をトイレに置いて準備しておこう！～

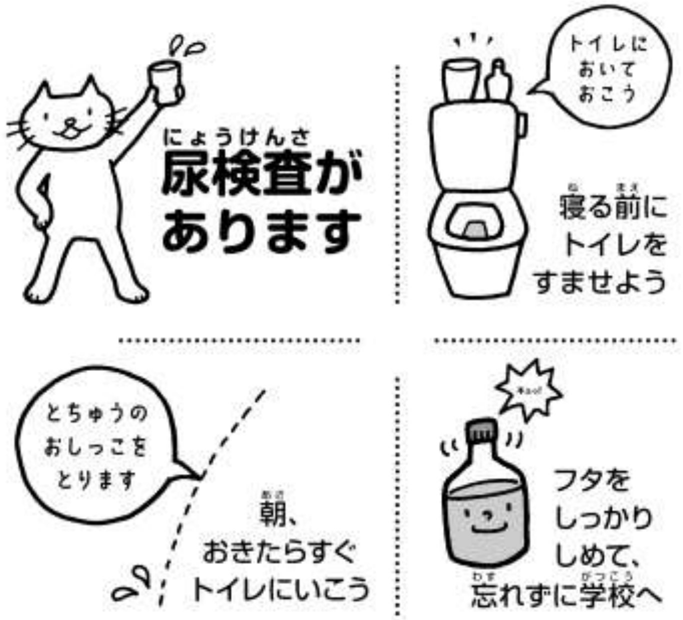
一次検査：　4 月 16 日（木）

※16 日に出せない人は **28 日（火）**に提出してください。

二次検査：　5 月 13 日（水）　予備日 27 日（水）

今日、配ったもの：

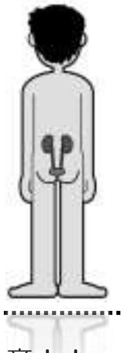
①紙コップ　②検査容器　③提出用紙袋(名前シールが付いています)


にょうけんさ
尿検査があります
トイレにおいておこう
寝る前にトイレをすませよう
とちゅうのおしっこをとります
朝、おきたらすぐトイレにいこう
フタをしっかりしめて、忘れずに学校へ

★なぜ、朝起きてすぐの尿でなくてはいけないのか？★

健康な人でも、食事や運動負荷の影響を受けると、尿にタンパクや糖が出ることがあります。朝一番の尿は寝ている間に作られるので、食事や運動の影響を受けません。

だから、より正確な検査をするためには朝起きてすぐの尿で検査する必要があります。



名前の書き忘れに注意！！毎回、数人います。名前の書き忘れは、再提出となるので注意！！

★★

保健室の担当は、福岡美奈です。

みんなが健康で楽しく学校生活を送れるようサポートしていきます！！
体や心がしんどいとき、けがをしたとき、体について知りたいときなど、職員室の後ろのドアから呼んでください。1 年間、よろしくお願いします。