

ほけんだより ④

郡上特別支援学校 保健室

令和7年4月14日

文責：池田麻美

4月の保健目標

新しい生活のリズムを整えよう

元気いっぱいの
一年にしよう



保健室

大和校舎：田中 裕美

那比校舎：池田 麻美

よろしくお願いします！



🌸 ご入学・ご進級おめでとうございます 🌸

新しい春が始まりました。みなさんはどんな気持ちでスタートしていますか？ ワクワクでいっぱいの人もいれば、ソワソワしたり不安になったりしている人もいるのではないのでしょうか。新しい環境になりますが、みなさんが元気に歩みだせるよう、保健室から応援しています。

健康診断が始まります！

	大和校舎	那比校舎	内容
身体測定	4月14日(月)	4月14日(月)	成長の様子を確認します。 大和：毎月、那比：年3回測定します。
視力・聴力検査	5～6月中	4月23日(水)	見えにくさ、聞こえにくさを確認します。
尿検査	4月15日(火)	4月15日(火)	腎臓の働きを確認します。
内科検診	5月29日(木)	4月17日(木)	心臓や肺、貧血、皮膚状態や栄養状態を確認します。
耳鼻科検診	6月18日(水)	6月4日(水)	耳や鼻、のどの様子を確認します。
歯科検診	6月3日(火)	5月27日(火)	むし歯や歯周病、歯並びやかみ合わせを確認します。
整形外科検診	6月12日(水)	5月29日(水)	骨や関節、筋肉の様子を確認します。
心電図検査	5月9日(金)	5月15日(木)	心臓の働きを確認します。 ※小4、中1、高1対象
胸部X線検査		5月9日(金)	結核の疑いがないか確認します。

体のメンテナンス
チャンス！



健康
診断

お世話になる先生方の紹介

内科	坂野 昭八 先生	(ばんの内科)
耳鼻科	林 寿光 先生	(はやし耳鼻いんこう科)
整形外科	上村 修一 先生	(うえむら整形外科)
歯科	松本 俊廣 先生	(俊歯科医院)
薬剤師	石原 誠一 先生	(ピノキオ薬局八幡店)

～保護者の方へ～

- ・検診にあたり、問診票の提出や服装等についてお願いすることがあります。
ご協力をお願いいたします。
- ・医療機関での検査や治療が必要な場合は、「治療勧告書」をお渡ししますので、
早めの受診をお願いいたします。



尿検査のお知らせ

提出日:4月15日(火)



◎提出場所:各教室

◎配付物:検尿容器、コップ、提出紙袋(緑色)

※生理や体調等により提出できない場合は予備日に
提出をしてください。予備日は後日お知らせします。

注意点

- ① 朝起きてすぐの尿をとる。
- ② 出始めの尿はとらず、途中の尿をとる。
- ③ 前日は激しい運動を控える。
- ④ ビタミンCが多く入ったジュースやサプリメント
などをとらない。

髪型は健康診断スタイルに

ポニーテールやお団子ヘアは避け、前髪は目にかからないようにしておきましょう!

NG



OK



保健室からのお知らせ

学校でけがをして医療機関を受診したとき

- 受診後、学校へ連絡をお願いします。
- 日本スポーツ振興センター災害共済給付制度の対象となる場合は、その手続きをします。
(↑学校の管理下(授業や部活など)でけがをして医療機関にかかった際の医療費の一部が給付される制度)

着替えの貸し出しについて

- 必要時、保健室から着替えを貸し出ししています。
- 洗濯をして返却をしてください。また、下着は新品のものを返却してください。

保健室での応急処置について

基本的な処置

- 擦り傷等は流水できれいにし、ガーゼや絆創膏等で保護します。
- 虫刺されや捻挫、打撲の時は保冷剤等で冷やして様子を見ます。

保健室にて常備している外用薬等

- 場合によっては以下のものを使用することがあります。
肌に合わない等使用を避けた方がよい場合はお知らせください。

マキロン S・・・傷の消毒

冷却シート・・・発熱時等の体の冷却

ムヒ S・・・虫刺され

ワセリン・・・傷の保護や肌荒れ

ピノクール A・・・捻挫や打撲
(水性型湿布剤)

