

# ほけんだより



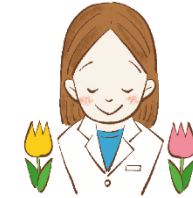
郡上特別支援学校  
保健室  
令和8年4月13日

## 4月の保健目標 新しい生活のリズムを整えよう

### 🌸 ご入学・ご進級おめでとうございます 🌸

新しいクラス、新しい先生、新しい友だちとの学校生活が始まりました。学校の中もフレッシュな空気でいっぱいです。

新しい出会いが多い4月は、わくわくする気持ちと同時に、少しドキドキしたり、疲れやすくなったりする時期でもあります。あせらず、少しずつ学校のリズムに慣れていきましょう。



養護教諭

大和校舎: 田中 裕美

那比校舎: 池田 麻美

1年間よろしくお祈りします!



## 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16日(木)	4月15日(水)	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22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(水)		腎臓の働きを確認します。
内科検診	6月3日(水)	4月30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	5月27日(水)	6月3日(水)	耳や鼻、のどの様子を確認します。
歯科検診	6月16日(火)	6月23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10日(水)	5月27日(水)	骨や関節、筋肉の様子を確認します。
心電図検査	5月21日(木)	5月20日(水)	心臓の働きを確認します。 ※中1、高1対象
胸部X線検査		5月12日(火)	結核の疑いがないか確認します。

### 🌸 お世話になる学校医の先生方を紹介します 🌸

内科	松久 雄紀 先生	(郡上こどもと地域のクリニック)
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)

○●検診の時は、しっかりとあいさつしましょう!●○

### ～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。

# 保健室からのお知らせ



## こんなときは保健室へ

 ケガをしたとき	 ぐあいが悪くなったとき	 相談したい、話をきいてほしい	 健康について知りたい
-------------	-----------------	--------------------	----------------

## 保健室のやくそく

 来るときは担任の先生に言う	 「どこが」「どうして」「どんなようすか」を伝える	 保健室の中では静かに、さわがない	 ものを使う・かるときは声をかける
-------------------	------------------------------	----------------------	----------------------

## 学校でケガ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)でケガ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(水性型湿布剤)・・・捻挫や打撲	



～正しい検査結果を得るために～

## 尿検査のお知らせ

### 尿検査前日の注意点

- ✓ 寝る前に必ず排尿しておく
- ✓ 激しい運動をしない
- ✓ 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



- 提出日：4月15日(水)** 登校したら教室で提出してください。  
 ※生理や体調等により提出できない場合は予備日に提出してください。  
 ※予備日は後日お知らせします。

- 配付物：検尿容器、コップ、提出紙袋(緑色)
- ※提出紙袋(緑色)に必要事項をご記入ください。
- 朝起きてすぐの尿を提出してください。
- 出始めの尿は取らず、途中の尿をとってください。

