

保健だより

令和7年4月9日

渋谷区立原宿外苑中学校

養護教諭 井関 陽子

ご入学、ご進級 おめでとうございます！

草花が美しく咲き始め、すべてのものが新しい生命力に満ちあふれ、みなさんの顔がイキイキと輝いて見えます。このような皆さんからは、新たな気持ちで頑張っていこうという意欲満々の様子がうかがえます。

今の新たな気持ちを忘れないで、
この一年間、健康で楽しい学校生活が送れるように、
一人一人が努力していきましょう。

”元気で心豊かな原宿外苑中の生徒”…先生方の願いです。

本校では、みなさんが自分の人生を大いに楽しむための基礎として

**「自分の体の状態がわかり、自主的に健康づくりができ、
自尊感情を高め、自己実現を目指し、多様で豊かな人間関係づくりができる生徒の育成」**

を保健目標とし、これから1年間、行事、日常生活を通して、健康づくりの取り組みを行うと共にどのような立場の生徒も安心してより良い学校生活を送れるよう環境整備に努め、生徒の心身の健全な育成や自己実現を支援していきます。

また、新年度も感染対策を行いながら学校での学習活動や学校行事を行っていきます。

**保護者の皆様のご理解とご協力を
よろしくお願いいたします。**



原宿外苑中の保健室ってどんなところ？ マナーを守って 大いに活用しよう

本校生徒の健康作りを支援する保健センターです。

- 1) 健康診断を行うところ。
- 2) 健康相談や保健指導を行うところ。
- 3) 応急処置を行うところ。
- 4) 保健に関する資料、書籍を保存しているところ。



★保健室を利用する時は・・・

*緊急以外は休み時間に利用しましょう。

*来室する際は、授業中は教科の先生に、休み時間は職員室を訪れ次の授業の先生もしくは学年の先生に伝え、先生が記入した「保健室来室カード」を持って保健室に行きましょう。

*組・氏名、健康状態を伝えてから指示を受けましょう。

※来室する前に、自分で出来る応急処置をしてきましょう。

・腹痛の場合は、まずトイレに行ってから来室しましょう。

・転んだすり傷などは、水道水で砂やゴミをしっかりと洗い流しましょう。

*保健室に入るときは、入り口で手を消毒します。

*退出の際には「来室カード」を渡しますので、必ずその時間の教科の先生に渡しましょう。

*具合が悪い人が休養している場合があります・・・静かにしましょう。

*4月から6月の定期健康診断で保健室を使っている時や、養護教諭が不在の場合は、保健室は閉まっています。そのような時にケガをしたり具合が悪くなった人は職員室に行って職員室の先生の指示を受けましょう。

★感染症蔓延防止のお願い★

◎新型コロナウイルス感染症については、マスクの着用も個人の判断にゆだねられることとなりましたが、世界中で様々な変異株が報告されておりまだ油断はできません。季節性インフルエンザも昨年9月より流行中です。今後も継続して、十分な手洗いや、常時換気、咳エチケットといった感染対策を各ご家庭でもお願いします。

◎ノロウイルスの感染性胃腸炎が流行しています。ノロウイルスは感染力が強くわずかなウイルス量で感染し、激しい風痛嘔吐を繰り返します。魚介類の生食による感染が多く、感染者の嘔吐物や糞便により感染します。食品の十分な加熱と流水による十分な手洗いをを行うなど各自予防を行ってください。また、朝ご家庭での健康観察をしっかりと行ってください。体調が悪い、あるいは発熱をしている時、かぜ症状がある際は登校を控え、自宅で様子をみて医療機関に受診をしてください。市販の解熱剤等を服用させて登校させるということがないようお願いします。

令和7年度 健康診断日程

項目		対象学年	日程		備考
身体計測		全学年	4月11日（金）	1，2時間目	
内科		1年	4月25日（金）	13：10～	2年欠席者
		2年	4月22日（火）	同上	
		3年	4月15日（火）	同上	1，2年欠席者
結核検診	問診票配布・回収	全学年	4月6～10日		
	学校医による診察	全学年	各学年内科検診時に診察		・高蔓延国からの帰国者及び感染が疑われるものについて精密検査を実施
歯科検診		3年	4月14日（月）	10：30～	
		2年	6月17日（火）	同上	1，3年欠席者
		1年	5月28日（水）	同上	3年欠席者
眼科検診		全学年	6月5日（木）	8：45～	
耳鼻科検診		全学年	6月4日（水）	10：00～	
腎臓検診	1次検査	全学年	4月22日（火）	朝学活に回収 8時35分までに回収	学活終了後ただちに保健室へ持っていく
	1次予備	22日未提出の1，2年	4月25日（金）	8時35分まで	登校後保健室へ提出
	2次検査	陽性者と1次未提出	5月13日（火）	同上	1次未提出者はなるべくこの日に出してください。
	2次予備	未提出者	5月15日（木）	登校後すぐに保健室へ提出する	
			5月30日（金）		
心臓検診		1年全員と昨年度未受診及び海外転入	5月10日（金）	13：30～	視聴覚室使用
脊柱モアレ検査		2年全員	6月18日（火）	9：00～	視聴覚室使用
生活習慣病検診		2年該当者	肥満度30％以上、または成長曲線により前年度からの体重が2パーセンタイル増加の者。		

臨時健康診断

修学旅行事前検診	3年全員 (定期健診と兼)	4月15日(火)	13:10～	宿泊行事参加に当たり 医師の診察・指導が必要な生徒
移動教室事前検診	2年抽出	2月10日(火)	13:10～	
秋季歯科検診	3年	11月11日(火)	10:30～	1年欠席者
秋季歯科検診	2年	11月19日(水)	同上	1, 3年欠席者
秋季歯科検診	1年	9月18日(木)	同上	
色覚検査	希望者	2学期以降に調査を配布し実施予定		