



令和7年4月8日
塩尻中学校保健室

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2年生、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。しばらくは緊張の日々が続くかと思います。急がず、ゆっくり深呼吸してスタートしていきましょう。保健室ではみなさんが一年間、元気で学校生活が送れるよう応援していきます。保健室のルールを守って、みんなが気持ちよく利用できるようにしていきましょう。



健康診断が始まりました！



健康診断の目的は何か？

- ① 健康面の問題や病気の疑いがないか調べます。これをスクリーニングといいます。「疑いあり」の結果が出たら早めに病院でみてもらうようにしてください。
- ② 体がバランスよく成長しているかを調べます。生活習慣病につながる肥満などについて考え、運動習慣をつけることを目標にします。学校医の先生に内科検診時、成長曲線も一緒にみていただきます。
- ③ 自分の体や健康に関心を持つ機会にします。生涯にわたる健康づくりの基本を実践していく力をつけていきましょう。

月・日(曜日)	項 目	月・日(曜日)	項 目
4/7(月)	発育測定 3年	5/29(木)	歯科検診 1年・2年3組
4/8(火)	発育測定 1年・2年	6/4(水)・5(木)	検尿・全校
4/8(火)	内科検診 3年	6/5(木)	運動器検診 2年1組・2組
4/18(金)	眼科検診 1年・3年	6/10(火)	内科検診 1年
5/13(火)	内科検診 2年	6/12(木)	運動器検診 2年3組
5/14(水)	心電図検査 1年	6/12(木)・13(金)	検尿二次
5/15(木)	歯科検診 3年・2年1組、2組	6/19(木)	検尿予備日
5/19(月)	耳鼻科検診 1年・3年	今年度より血液検査の対象は2年生のみとなりました。秋に実施いたします。	



学校医の先生方です

内科 横山医院 広仁堂医院
眼科 まつだアイクリニック
耳鼻科 吉江耳鼻咽喉科医院

今年度より薬剤師の先生が新しく着任いたしました

歯科 細川歯科医院
整形外科 塩尻病院
薬剤師 つくし薬局

プライバシーに配慮した健康診断の実施について

学校の健康診断では正確な診察に支障のない範囲で、生徒のプライバシーの配慮をした環境作りを進めています。特に脱衣が必要な内科検診・運動器検診・心電図検査では他の生徒から見えないよう、**個別スペースで検診**を進めていきます。基本的には内科検診は全学年男女とも下着1枚着用、2年生の運動器検診では男子は上半身裸、女子は背中に見えるタンクトップなど1枚着用します。

診察の中では発達段階に多く見られる背骨の病気をみたり、心臓では聴診をしたりします。学校医の先生方は大きな病気を見逃さないように集中して検診を進めてくださいます。静かな環境の中で検診が進めるよう私語等には注意してください。スムーズな検診のため、当日は**必ず下着の着用**を忘れずお願いします。正確な検診で、なおかつ、プライバシーに配慮した検診は、みなさんの協力がなければ成立しません。ご理解をお願いします。心配な点、不明な点は保健室まで問い合わせください。

日本スポーツ振興センター災害給付制度について

日本スポーツ振興センターの災害給付は、学校の管理下で災害にあった場合にその治療費の給付があります。塩尻市では公費で掛金全額(920円)を負担しています。市の福祉医療との二重給付はできませんが、基本的に学校管理下のケガの治療は、こちらの制度優先で利用していただくとよいと思います。

▽学校管理下とは？

授業中、休み時間、部活中、登下校中など（社会体育には適用されません。）

▽給付が受けられるのは？

初診から治療が終了するまでに、医療機関の窓口で1500円以上支払った場合です。病院、整骨院、薬局が対象になります。病院+薬局など合計金額が窓口支払い1500円以上なら対象になります。他の法令の規定による給付を受けている場合は給付をおこないません。

▽給付手続きは学校で

該当するけががあった場合は、担任、部活顧問か保健室までお知らせください。申請に必要な書類をお渡しします。申請から給付までしばらく時間をいただきます。学校でけがをした場合は遠慮せず申し出てください。事故発生日から2年以内の申請が有効です。



▽留意点

病院によっては手続きに必要な書類「医療等の状況」の作成時に文書料が発生する場合があります。文書料は給付対象外ですのでご注意ください。他にも不明なことは保健室までお問い合わせください。

手当てをするところ

学 校でケガをしたときは、応急手当をするので保健室へ来てください。ただし、「昨日のケガのガーゼを換えたい」はダメ。あくまで一次処置の場所です。継続的な処置が必要なときは、おうちや病院で。



相談するところ

図 みごとがあるとき、養護教諭が相談にのります。ケガ人や急病人がいるときは少し待ってもらうことがあるかもしれません。他の人がいないときに話したいという人は、日時を決めて約束をしましょう。



保健室って 静かなところ どんなところ？ 勉強するところ



休 調が悪いとき、一時的に休養できます。保健室では具合が悪くて静かに休みたい人がいるかもしれないので、元気な人も保健室の中や前の廊下では大きな声は出さずに、「静かな保健室」を作る協力をお願いします。



保 健室には体や心に関する本が置いてあります。知りたいことがあるときは読みに来てもいいですよ。また、ケガをしたり体調不良になったとき、今後そうならないためにはどうすればよいかについても一緒に考えます。

保健室利用のルール

生活オリエンテーションでもお話しましたが、保健室には守ってほしいルールがあります。

○保健室へ来室する前には担任、教科担任に知らせてから来てください。授業中、けがをした際は、必ず教科担任に伝えてください。

○原則として病気での休養は1時間とします。回復しない場合は早退の連絡を家庭にします。

○保健室で行うのは応急処置です。病院での処置が必要だと思われる場合は、家庭と相談し対応します。

○こころやからだの相談も受けつけています。必要によっては、学校医の先生やスクールカウンセラーとも協力していきます。

一人ひとりの心と体を大切にできるよう、みなさんと一緒に考えていこうと思います。保護者のみなさん、保健室は様々な相談の窓口になります。スクールカウンセラーの申し込みも担当します。何かありましたらお気軽にお越しください。どうぞよろしくお願いします。