

# 保健だより

平成 29 保護者宛第 1 号  
平成 29 年 4 月 14 日  
熊谷市立荒川中学校

新年度がスタートしました。新しい学年に新しいクラスの友達。慣れるまでは、なんとなく緊張した毎日だと思います。しっかりと睡眠をとり、次の日に疲れを残さないようにしましょう。



## 4月17日(月)に尿検査を実施します

(忘れた人は、4月18日(火)に提出してください。)

女子で生理中の方は、4月26日(水)に提出してください。  
容器は自分で保管しておいてください。

**どうして尿検査をするの?**  
尿の色や成分(タンパクや糖、血液)などを調べると病気かどうか分かるからです。健康なときのおしっこは、透き通っていて、少し黄色がかった色をしています。尿が赤かったり、白くにごっていたりすると、病気の疑いがあります。そのときは、病院で診てもらいましょう。

### 採尿のしかた

①尿をとる 前の夜、寝る前にトイレに行っておく。 	②朝、起きたら、すぐにトイレに行く。 	③初めに少し尿を出す。  尿道にたまっている尿をすてるため。	④尿を紙コップにとる。 	⑤紙コップの中の尿を容器で吸い上げる。 	⑥容器のふたをしっかりと閉め、袋に入れる。 
---------------------------------	------------------------	--------------------------------------	-----------------	-------------------------	---------------------------

**健康づくりは、むし歯の早期治療から!**  
荒川中学校では、むし歯ゼロを目指して全校で取り組んでいます。昨年度は、むし歯治療率98%、6クラスがむし歯ゼロを達成しました。  
むし歯の早期治療にご協力をお願いします。  
給食後の歯みがきもスタートしました。  
歯フラシ・(歯みがき粉・コップ)を持参してください。



**学校医の先生を紹介します**

内科校医	井埜利博 先生	
	佐藤祐一 先生	
眼科校医	萩原有紀 先生	
耳鼻科校医	肥留川恒樹 先生	
歯科校医	鯨井正夫 先生	
学校薬剤師	富岡伸夫 先生	

健康診断の時は、元気よくあいさつをしましょう。

### これからの健康診断の予定

月・日	検診項目・時間	対象
4月17日(月)	尿検査1次	全学年
4月18日(火)	尿検査1次	前日の未提出者
4月19日(水)	歯科健診 8:45~	7組・1年・2・1・2・2
4月20日(木)	心臓検診 13:30~	1年生
4月21日(金)	歯科健診 8:45~	2・3・3年
4月26日(水)	尿検査1次予備日 内科検診 13:40~	1年生
5月 9日(火)	内科検診 13:40~	2年生
5月11日(木)	眼科検診 9:00~	1年、2・3年アンケート抽出
5月17日(水)	内科検診 13:40~	3年生
5月18日(木)	尿検査2次	1次陽性者
5月19日(金)	尿検査2次	前日の未提出者
5月22日(月)	耳鼻科検診 12:50~	1-1・1-2・ 2年アンケート抽出
5月26日(金)	尿検査2次予備日 耳鼻科検診 12:50~	前日の未提出者 3年アンケート抽出

### 保健室の利用のしかたについて

保健室は、学校の健康センターです。応急処置や健康相談など心や体についての不安や疑問を一緒に考え解決していきたいと思ひます。

- 【保健室利用の約束】**
- ①学校でのその日の病気やけがについての応急処置です。
  - ②いつ・どこで・どうしたのか、症状を知らせてください。
  - ③病気での来室は職員室で利用カードに記入してきてください。クラスの人にも来室することを連絡しておきましょう。
  - ④内服薬はありません。
  - ⑤体調をくずしたときは1時間まで休養して様子をみます。症状が回復しない場合は、保護者へ連絡をとり早退させます。お迎えをお願いすることもあります。

