

# ほけんだより 4月

令和4年4月7日

筑波大学附属視覚特別支援学校 保健室

## 御入学・御進級おめでとうございます

桜が満開の新学期が始まりました。新しい1年のスタートです。

保健室は、幼児・児童・生徒のみなさんが元気に安心して学校生活を送れるように体と心の健康をサポートします。保護者の皆様も何かありましたら、お気軽にお立ち寄りください。よろしくお願ひします。

### 健康診断が始まります！



健康診断は、自分のからだに向き合い、健康について考える貴重な時間です。健康診断では、自分では気付かない病気を見付けることができます。自覚症状がなければ気付かないまま病気を放っておくことになってしまいます。だからこそ年1回の健康診断が大切なのです。

健康診断にできるのは、「見付ける」までになります。病気や異常が見付かったときは、早めにお医者さんに診ていただきましょう。

### 健康診断を受ける前の やくそく

- ・前の日はお風呂に入って清潔にしておきましょう！
- ・睡眠をしっかりとして体調を整えておきましょう！
- ・メガネを使っている人は、忘れずに持ってきてきましょう！
- ・髪の毛が目や耳に入らないようにまとめましょう！

(※身体測定の日、髪の毛は低い位置でまとめてください。)



### ☆学校医の先生方を紹介します☆

今年度、お世話になる学校医の先生方です。みなさんの心身の健康のため、様々な面からサポートしてさせていただきます。検診の前にはきちんとご挨拶しましょう。

《内科》	友成 正紀	先生	(友成第二医院)
《耳鼻科》	岡崎 健二	先生	(岡崎耳鼻咽喉科)
《眼科》	丸尾 敏之	先生	(丸尾眼科)
《歯科》	星野 高之	先生	(ほしの歯科)
《薬剤師》	高田 紀子	先生	

# 4月 健康診断の日程



4月	保健行事	対象
12日(火)	中・高・専健康診断(13時30分～) (身長・体重・視力検査・聴力・胸部レントゲン検査) ※聴力検査は全学部1年生・3年生と音楽科全員が対象 ※胸部レントゲン検査は高等部・専攻科の新入生と理学療法科3年生のみ対象	中学部全員 高等部全員 専攻科全員
	尿検査一次 回収(9時半まで)	全 員
14日(木)	内科検診(13時半～)	全 員
	身体測定(身長・体重)	小学部1～3年生
15日(金)	身体測定(身長・体重)	小学部4～6年生
19日(火)	心電図(9時～)	新入生
20日(水)	尿検査一次予備 回収(9時半まで)	一次未提出者
21日(木)	視力検査	小学部全員
22日(金)	聴力検査	小学部1・2・3・5年生
28日(木)	耳鼻科検診(10時～)	全 員



## こんなときは、保健室に来てください!

### ★けがをしたとき

手当てをしますので、いつ、どこで、どこが、どうして、どうなったのか先生に教えてください。



### ★具合が悪くなったとき

しばらく休めばよくなりそうなときはベッドで様子をみます。



### ★なやみや相談したいことがあるとき

なにか気になることやこまっていることがあれば先生が相談にのります。



### ★からだや健康について知りたいとき

保健室には、みんなの役に立つ本や資料なども置いてあります。



## スクールカウンセラーによるカウンセリングについて



毎週水曜日に佐々木順子先生、隔週火曜日に森田麻登先生によるカウンセリングをおこなっています。対象は、幼児・児童・生徒本人と保護者です。発達や悩みなど、相談を希望する場合は、時間調整が必要なため、事前に担任もしくは保健室まで御連絡ください。