

保健だより

令和3年 4月 6日NO.1
青北高校今別校舎保健室

新学期スタート

今別校舎最後の1年がスタートしました。各行事全てが最後です。後悔しないように充実した1年にしていきましょう！！そして10人全員の進路が決まるように応援しています。

また、年度始めは検診が続きます。保健だよりで連絡しますので、各自で確認して下さい。

健康診断

4月 6日（火）身体測定※眼鏡持参
（身長・体重・視力・聴力）

4月 8日（木）歯科検診※歯ブラシ持参

4月13日（火）内科検診

4月21日（水）尿検査①

5月 7日（金）尿検査②

5月13日（木）耳鼻科検診

5月19日（水）眼科検診

- ・眼鏡など各自準備をしておきましょう。
- ・各検診前に問診票の記入があります。



保健調査票

保護者の皆様

運動器検診保健調査票

1 保健調査票

新学年になり、住所や年齢など変更点があると思います。変更点を赤で直して学校に提出して下さい。

2 運動器検診保健調査票

内科検診で必要となります。お子さんに運動器検診保健調査票の図にある体勢をさせて正確に記入をお願いします。

提出は4月9日（金）までとなります。ご協力の程、宜しくお願いします。



歯科保健指導

日時 令和3年4月8日（木）11:30～12:20（4校時）

場所 3年教室

3年生の皆さんが小学校から実施している歯科保健指導も最後の年となりました。社会に出る前の最後の機会なので、社会に出てからも継続して口腔内を清潔に保てるようにしていきましょう！！

当日は歯ブラシセットを忘れずに持参して下さい。午後から歯科検診もあります。



注目!

4月に行われる検診は下記の通りになります。

歯科検診

4月 8日 (木) 13:30~

保健室

~持ち物~



- (1) 当日、**歯ブラシセット**を忘れずに持参しましょう
- (2) 昼食後、**歯磨き**を忘れずに行いましょう
- (3) **5分前**に保健室前に整列します
- (4) 保健室で**名簿順**に行います
- (5) 直前まで**マスク**を着用しましょう



虫歯は治療しないと治りません
普段から口腔内の衛生に努めて、一生健康な歯を保ちましょう

内科検診

4月 13日 (火) 13:30~

保健室

- (1) 昼休みの間にTシャツに着替え、女子はブラジャーを外します
(男子：教室、女子：被服室)
- (2) **男子は5分前**に保健室前に整列し、女子は被服室に待機
- (3) 保健室で**名簿順**に行います。Tシャツの上から聴診器で検査します
※Tシャツ生地が厚手の場合、Tシャツを脱いで検診となります
- (4) マスクを着用したままで行います

尿検査①

4月 21日 (水)

朝、保健室前に提出

1 前日の配布物

- (1) 採尿紙 (コップ) (2) スポイトビン

2 採尿方法

- (1) 朝一番の尿をコップにとります。(この時、出始めの尿は捨てます)
- (2) コップからスポイトビンに入れ替えます。(フタは、きつく閉める)
- (3) 学校へ着いたら、保健室前にあるケースの自分の名簿番号のところへ置きます。

3 注意事項

- (1) 前日の夜 (20時以降) は、果物やジュース類を多量に摂取しないこと! (「糖」が出ます)
- (2) 忘れた人は、学校で採尿してもらいます! (8:30まで提出)
※ 男子は、全員提出になります!
- (3) 二次検査 (一次検査で異常のあった人、欠席者、女子で月経中の人) は、5月7日 (金) です。**※連休明けの為、提出忘れのないように気をつけましょう。**