



令和2年4月15日(水)  
 国立市立国立第三中学校  
 主任養護教諭 林田 智子

学校医、学校薬剤師さんを  
 紹介します

新年度が始まりました。家庭で学習に健康管理にと、取り組んでいることと思います。「早く学校に行きたい」と思っている人もいることでしょう。そのためには、「今」の行動をよく考えて選ぶことが必要です。

不安を感じる人もいるかもしれません。わくわくしたり不安になったりすることは、どれも自然な「気持ち」です。不安が大きい人はぜひ草木に目を向けてみてください。ぐんぐん伸びる新緑は気持ちを落ち着かせ、カラフルな花は元気をくれるでしょう。

保健室ではみなさんが心も体も健康でいられるよう、自己管理のサポートをしていきます。よろしくお願いします。



内科	中村 孝一先生 (谷保北口内科)
眼科	石川 和男先生 (石川眼科)
耳鼻科	谷野 徹先生 (たにの耳鼻咽喉科)
歯科	杉森 正英先生 (杉森デンタルクリニック)
薬剤師	佐伯 弘子先生 (薬局カガワファーマシー)

学校医の先生には、各科の健康診断でお世話になります。皆さんが学校生活を送るために、様々な健康面のサポートしていただいています。薬剤師さんは、環境衛生検査という様々な検査をさせていただきます。消毒の仕方など、学校の活動内容についても相談させていただきます。



\*\*\*\*\*

体調不良やけがで保健室を利用するときに気を付けてほしいことがあります。それは、授業の先生にあなたがどこにいるか伝えること。国立三中では、

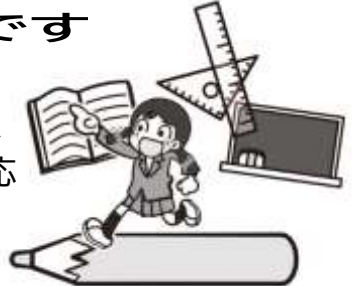
授業の先生や職員室にいる先生に、「保健室利用連絡票」を書いてもらって、保健室に持ってくることになっています。登校しているのに授業にいなかったら、たくさんの人に心配をかけてしまうので、協力をお願いします。また、次のルールもあるので確認しておきましょう。

- お薬は渡していません。必要なものは各自で持ってきます。
- 1時間程度休んでも回復しない場合は、早退して自宅で休養します。
- 体調不良で休み授業に戻れた場合でも、放課後は速やかに帰宅します。

学習を支えるのは健康です

視力検査でよく見えない様子があったら？  
 →黒板に書かれた文字が見えづらいと困るので、眼科で目の病気が原因でないか確かめ、必要に応じてメガネなどを作ります。

尿検査は何のためにしているの？  
 →尿検査は腎臓検診の一部です。腎臓は異常があっても痛みなどの症状が出ないこともあります。見逃さず、早くに治療が始められるように、元気であっても全員受けます。



などなど、皆さんが快適に学校生活を送る土台となる健康管理。4月の健康診断は延期ですが、快食・快眠・快便を心がけ、それぞれ健康管理をしていきましょう。

保護者の皆様  
 健康診断延期にともない、終了時期も変更となります。新たな日程が決まり次第お知らせいたします。