

「いつも通り」じゃもつたいない!

知っでおこよう 健康診断の目的

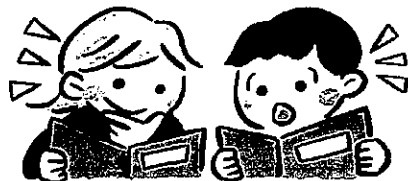
知る

学校で勉強したり、運動したりするときに支障がないか、調べる

学ぶ

自分の健康に関心を持って、健康について学習する

どれくらい成長したかを知ったり、見直す生活習慣はないか考えるなど、健康診断を有効に活用できるといいですね。



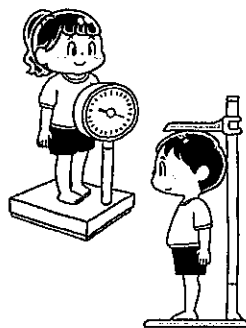
【二測定】

調べること：身長(背の高さ)・体重(からだの重さ)

使うもの：体操服、ズボン

お願い：髪の毛は耳より低い位置で結んでください。

→おだんごやポニーテールなど高い位置で結ぶと、身長をたたく測ることができません。



【心臓検診1次(1年)】

心臓に病気がないか、不整脈がないかなどを調べます。

使うもの：体操服、ズボン

前日のこと：①お風呂に入り、からだを清潔にしておきましょう。

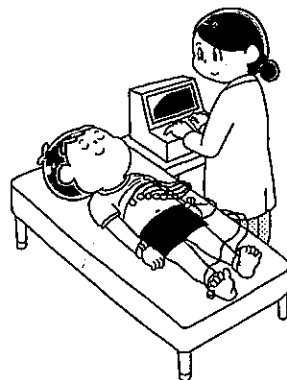
②早く寝て、体調を整えておきましょう。

当日のこと：①男女いっしょに保健室に行きます。

②検査をするときは男女わかれます。

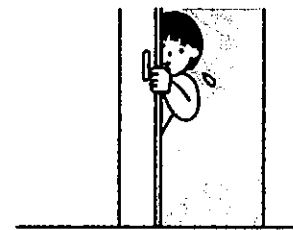
③順番がきたら、体操服(上)をぬいで、ベッドに寝ます。

④リラックスをしてうけましょう。(痛いことはしません)



保健室でできること◎

◎心配事や悩み等の相談



◎ケガの救急処置

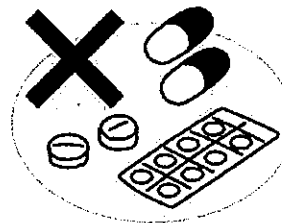
洗ってから来てね



◎具合が悪い時の一時休養



◎体や健康について学ぶ



※お薬はだせません



※継続した手当はできません

できないこと✖

【保健室での応急処置について】

◎体調不良について

*体調が悪いときは、1時間程度、保健室で様子を見ます。

*体調がよくなるないときは、熱がなくても早退をお願いすることがあります。

◎けがについて

*軽いけがのときは保健室で手当をします。

*けがの状況により、学校で対応できない場合は、保護者の方に連絡をし、今後の対応を相談します。

*学校でのけがで医療機関を受診した場合、独立行政法人日本スポーツ振興センターより後日、給付金が支給されます。(申請が必要です。)保護者の方には医療費の一時立て替えをお願いしております。

