

# ほけんだより 5月

令和4年5月7日  
府中市立府中第九中学校  
校長 吉田 修  
保健室

## 風かおる5月

木々の美しいさわやかな季節になりました。過ごしやすい時期ではあるものの、頑張ってきた疲れが出やすい時期でもあります。新学期から1ヵ月、皆さんの体と心はお元気ですか。慌ただしい毎日だとは思いますが、5月の風を胸いっぱい吸い込み、リラックスして過ごしましょう。

まだ体が暑さに慣れていない今の時期、注意が必要なのは**熱中症**です。特に、気温・湿度ともに高い日や休み明けに急な激しい運動をする時は、予防を心がけましょう。

### ポイントは「3つのとる」!

- ①十分な睡眠を**とる**。
- ②運動する時は30分に1回は休けいを**とる**。
- ③こまめに水分を**とる**。

## 健康診断が続いていきます 5月の予定

6日(金)	内科検診	1年、前回欠席者
12日(木)	尿検査2次	対象者
13日(金)	尿検2次予備	対象者
18日(水)	心臓検診	1年、経過観察者
19日(木)	眼科検診	全学年
20日(金)	歯科検診予備	欠席者



### 【保健室からのお知らせ】

- ◆健康診断の結果は、受診をお勧めする場合や二次検査の必要がある時のみお知らせします（歯科のみ全員配布）。お知らせが届きましたら、早めに専門医を受診していただきその結果を学校へ提出してください。なお、学校での健康診断はスクリーニング（疑わしいものを選び出すもの）ですので、受診の結果「異常なし」と診断されることがあるかもしれませんが、ご了承ください。
- ◆医療機関を受診して結果のお知らせを医師に記入していただく際に文書料がかかる医療機関があります。受診の際はあらかじめ医療機関に確認の上、受診してください。
- ◆**尿検査結果・心臓検診結果につきましては、結果が『異常・所見あり』の時に、個別に結果通知をお渡しします。**（**異常・所見なしの結果報告用紙の配布はしていません。**）ご家庭で異常・所見なしの結果報告用紙が必要な方は、個別に学校までご連絡ください。
- ◆内科・耳鼻科・歯科・眼科検診の欠席者は、医療機関を受診していただくことになります。
- ◆継続的に治療をしている場合は、改めて受診の必要はありませんが、その旨を「結果のお知らせ」に保護者の方が記入し提出してください。



家の人にきちんと報告しましょう。

（結果のお知らせをプリントにしてお届けしますので、必ず見せるようにしましょう。）



早めに病院へ行って、**検査・治療を受けましょう。**

