

健康診断がはじまります。

—早起き、朝食、歯みがきで、めざせ いきいき中学生！—



R4. 4. 11 (月)
荒川区立第三中学校
ほげんだより No.1

いよいよ今週から「健康診断」がはじまります。これは、「学校保健安全法」という法律に基づいて毎年行われます。集団での健康診断なのでスクリーニング検査（ふるい分け検査）と呼ばれ、確定診断ではないため、必要な場合は病院などで専門的に診察してもらいます。そのため、学校から「結果のお知らせ」をもらったらず必ず保護者の方に渡してください。

先日の保護者会で「学校保健行事予定表」をお渡ししています。自分が対象者になっている項目をチェックして、休まずもれなく受け、これからの健康づくりに役立てていきましょう！

学校保健目標

自他の生命を尊重する心をはぐくむとともに、
健康で安全な生活を主体的に実践できる力を養う

今年度の重点目標：「心の健康づくり」

新型コロナウイルス感染症については、まだ油断できない状況ですね。「心の健康」は、
病気に対する抵抗力・^{めんえき}免疫力に大きく影響します。

そこで、今年度は「心」にスポットを当てて健康づくりを進めていきます。

この一年間、大きなケガや病気をしないで、充実した学校生活が送れるよう『健康を意識した生活』を心がけてください。

「今日も目覚めがよく、朝ごはんがおいしい！」と思える日々を送ってほしいと思います。
自分の健康はもちろん、まわりの人の健康にも心配りができる三中生でいてください。

<保護者のみなさまへ>

1. 緊急時の連絡について

欠席や遅刻・早退等の連絡は生徒手帳の連絡欄を活用してください。また、
急な場合は朝8時10分までに電話でご連絡ください。なお、学校で急な発熱やけが等のために
早退や専門医への受診が必要な場合、早急に保護者の方へ電話連絡いたしますので、今後「緊急連絡先」を**変更した際には**、すみやかに学級担任へお知らせください。

2. 健康観察を念入りに！

新学期当初、子ども達は思いのほか疲れています。毎日の検温をはじめ、顔色・食欲・睡眠のようすなど「健康観察」を十分をお願いします。特に1年生は環境の変化に伴い、精神的にも不安定になるものです。なるべく家族団らんの時間をたっぷりとり、たくさん話を聴いてあげてください。



(裏面；「尿検査について」保護者通知文)

<担当者；主任養護教諭 山本康子>

令和4年4月11日

保護者様

荒川区教育委員会
荒川区立第三中学校長 小柴 憲一

尿検査（腎臓病・糖尿病）について

荒川区では、学校における健康診断の一環として、尿検査を実施しています。

尿検査とは、腎臓病や糖尿病等を早期に発見するために、尿の蛋白・糖・潜血をしらべる検査です。

病気に気づかずに放置したり、十分な治療をしないでおくと、慢性の病気になり、治りにくくなります。しかし、早期に発見して適切な治療をすれば、比較的短期間で治すことができますので、今回の検査日に忘れずに提出して、検査を受けましょう。

※尿のとりかたは下記のとおりです。間違いのないように気をつけてください。

【尿のとりかた】★容器などは、4月14日（木）に配付します！

- ① 学校から渡された白い袋に、学校・学年/組・番号・名前・年齢を書いてください。
- ② シールに年・組・名前を書き、プラスチックの容器に貼ります。
- ③ コップを開き、コップの中に尿をとります。
- ④ コップの中の尿をプラスチックの容器で吸い上げます。容器の腹をおさえてスポイトのようにして使い、容器に尿が半分以上入るまで吸い上げてください。
- ⑤ プラスチックの容器に尿が入ったらフタをしっかりとめて白い袋に入れて学校へ提出します。

あさ、目がさめたら



コップに尿をとる



尿を吸い上げる



白い袋に入れる

学校へ

尿検査提出日 令和4年4月15日（金）8:30 教室で回収

※予備日；18日（月）

※ 学校から指定された日には、忘れないように提出しましょう。
（前日は、ねる前にお手洗いに行くことも忘れないように）

【検査の結果について】

第1回目の検査で陽性になっても病気というわけではありません。もう一度学校で検査をします。

その結果、異常が認められた場合は、さらにくわしい検査を行います。くわしい検査の日時・場所等は、後日お知らせいたします。