

保健だより

5月

平成 23 年 5 月 16 日
岡山市立操南中学校

五月病にご用心！！

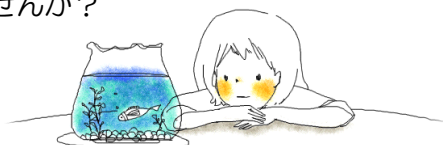
さわやかな季節になり、そろそろ新しいクラスや友達にも慣れてきた頃なのに何となく気が滅入ったり、集中できなかつたりすることはありませんか？

もしかしたら、心と体が疲れているのかもしれない。

新しい環境に飛び込めば、うまくいなくても当たり前。

その上、行事も多く、疲れをためやすい時期です。

しんどいなと思ったら、無理をせずに早めに休養をとるようにしましょう。



5月の保健行事予定



期日	内容	時間	場所	対象者
5/ 17(火)	尿検査 1 次	登校時	各教室	全員
5/ 18(水)	尿検査 1 次	登校時	各教室	全員
5/ 19(木)	歯科検診	9:00～	体育館	全員
5/ 25(水)	耳鼻科検診	13:30～	保健室	3A・3B・3C男
5/ 26(木)	耳鼻科検診	13:30～	保健室	3C女・3D・3E
5/ 27(金)	耳鼻科検診	13:30～	保健室	3F・3G・3H男

健康診断の結果が出たら…

健康診断では、「病気の疑いのある人」にお知らせします。お知らせをもらった人は、病院などの医療機関で詳しく診てもらってください。学校での健康診断はスクリーニング（病気の疑いのある人を見つけ出すもの）なので、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。むし歯や視力低下などの場合は、先延ばしにしないで、すぐに治療したり、眼鏡を作ったりするなど対処することが大切です。



学校眼科校医の 片山 望先生より

<眼科豆知識⑦>

<眼性頭位異常・眼瞼下垂>

ものを見るとき、いつも頭・顔を傾けたり、アゴをあげたり、目つきがおかしいお子さんはいませんか？



お子様がモノを見る時の様子をチェック

片目を
つぶる



目を
細くする



あごを
上げる



頭を
傾ける



頭位異常・斜頸（物を見るときに、頭を傾けている、ハス（斜）に見ている）の人の中に、斜視であることがあります。

人を睨むように顔を回し、傾け、見上げる頭位異常が出る場合は「上斜筋麻痺・滑車神経麻痺」のあることもあります。

また、眼瞼下垂ではマブタが下がっているため、真っ直ぐに見ようとしても物が見えません。このため、無意識に視線を下に向け、顔を上げるようにしてマブタの隙間から物を見ようとします（アゴ上げchin up）。弱視になっているような重症例では、早期の手術が必要になることもあります。

生まれつきのクセかなと思って見過ごしている中に、眼性頭位異常が隠れていることがあります。一度眼科で検査を受けてみて下さい。

（岡山県眼科医会HP <http://www.okayama.med.or.jp/gankaikai/> もご参照ください。）

保健だより

4月
平成23年4月14日
岡山市立操南中学校

入学・進級
おめでとうございます

よろしく
おねがいします

新しい学年、新しいクラス、新しい出会い、いろいろな新しいことに囲まれ、みなさんの表情にも心地よい緊張感と晴れやかな笑顔がみられます。新しい環境に慣れるまでは、心も体も疲れやすいので、しっかり休養をとって、1年間楽しい学校生活を送りましょう！

保健室の野々上です！

日本スポーツ振興センターの手続きについて

学校管理下で、ケガ等をして医療を受けた場合は、日本スポーツ振興センターに申請することによって、医療費の給付を受けることができます。本人からの申し出がないと手続きができないことがありますので、保健室まで連絡してください。医療費総額が5,000円以上の場合に給付されます。給付金が支給されてから、現金と領収書を渡しますので、翌日領収書を提出してください。

感染症の予防について

学校で指定された感染症にかかった場合は、医師の指示によりその期間、出席停止になります。医師から下記の疾病で、学校を休むように言われた場合は、申し出てください。所定の用紙を保健室から受け取り、病院で記入してもらい、登校時に提出してください。治癒してから登校するようになります。

☆☆ 学校において予防すべき感染症の種類は次の通りです ☆☆

種別	病名
第1種	エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ペスト、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群(病原体がSARSコロナウイルスであるものに限る)及び鳥インフルエンザ(病原体がインフルエンザウイルスA属インフルエンザAウイルスであってその血清亜型がN5HIであるものに限る)
第2種	インフルエンザ(鳥インフルエンザ(H5NI)を除く)、百日咳、麻疹、流行性耳下腺炎、風疹、水痘、咽頭結膜熱及び結核
第3種	コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の感染症

※ これらの感染症にかかったら、出席停止になり、通常の欠席にはなりません。

※ 昨年度まで、インフルエンザは保護者の証明でしたが、本年度から医師の治癒証明が必要です。

健康診断が始まります

4月の予定



期日	内容	時間	場所	学年
15日(金)	身体測定	9:00~	体育館	全員
20日(水)	内科検診	13:30~	下記の通り	1年生
21日(木)	聴力検査	9:00~	保健室	3年生
22日(金)	聴力検査	9:00~	保健室	2年生
26日(火)	聴力検査	9:00~	保健室	1年生
27日(水)	内科検診	13:30~	下記の通り	2年生
28日(木)	内科検診	13:30~	下記の通り	3年生

内科検診の場所・・・男子:柔剣道場 女子:保健室



内科:内田先生
 (内田内科小児科医院)
 歯科:片岡先生
 (旭南歯科医院)
 眼科:片山先生
 (片山東眼科)
 耳鼻科:藤本先生
 (藤本耳鼻咽喉科医院)
 薬剤師:加藤先生
 (加宝堂薬局)



麻しん(はしか)・風しんの

予防接種について



近年、若者の間で麻しんが流行して多くの学校が休校となり、社会的な混乱が生じました。さらに、麻しんは大変感染力が強く、1人でも発症するとあっという間に感染が広がること、まれに重い合併症を発症して死亡に至ることがあることなどが問題となり、平成20年の4月から5年間、中1と高3の年齢に相当する人は、十分な免疫を確保するために2回目の予防接種を無料で受けられることになっています。予防接種率が95%以上あれば、流行は防ぐことができるとされています。1年生は特に、過去に一度予防接種を受けている人も、今年度中にもう一度予防接種を受けるようにしましょう。わからないことがある時は、保健室までご質問ください。



学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)について



文部科学省の調査により、学校には、アレルギー疾患のお子様が多く通われていることが明らかになりました。アレルギー疾患のあるお子様の学校生活をより安心して安全なものとするため、学校は、お子様のアレルギー疾患について詳しい情報を把握する必要があります。

学校生活において特に配慮や管理が必要なお子様につきましては、「学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)」をもとに、学校と保護者の方とで、お子様の学校生活における配慮や管理について相談しますので、申し出てください。

なお、主治医の先生による「学校生活管理指導表(アレルギー疾患用)」の記載につきましては、文書料がかかりますので、ご了承ください。