

ほけんだより



平成 30 年 4 月 11 日

NO. 1

宜野座中学校 保健室

新学期がスタートしました！

初めまして！養護教諭の平敷 忍と言います。どうぞよろしくお願いします！

新しい学年が始まりましたね。慣れない環境は自分が思っているよりも疲れるものです。そして、4月は年度初めで行事の多い時期でもあります。翌日まで疲れを引きずらないように、夜更かしせず、休む時間をしっかりととりましょう。

今月の保健目標

★自分の健康状態を把握しよう！

けんこうしんだん

健康診断が始まります！

4月の日程

期 日	検査内容	対象学年
4月12日（木）	耳鼻科検診	全生徒
4月19日（木） 4月20日（金）	尿検査	全生徒
4月20日（金）	身体計測	全生徒
4月25日（金）	視力検査	全生徒
	聴力検査	
	心電図検査	1年生



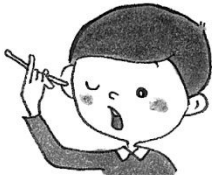
健康診断が始まります！ 検診・検査にそなえた準備を

●しっかり入浴！

お風呂に入って
清潔に。



●耳そうじで、耳 あかや汚れをと って。



●長いままでは危 険です。両手の 爪は短く。



●メガネを使っ ている人は、持参 を忘れずに。



●耳や目にかかる 髪は、結んでま とめて。



●検診前の身だし なみ、きちんと 歯みがきを。



注意！！

県内で麻疹（はしか）が流行しています！！

麻疹（はしか）

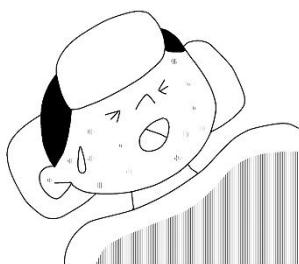
病原体 麻疹ウイルス

症状 最初は発熱やせき、鼻水などの
かぜの症状が現れます。3～4日で一
時熱が下がりますが、その後高熱が出
て、口の中に小さい白いポツポツ（コ
ブリックはん）ができます。

その後、全身に赤いポツポツができ
高熱が数日間続きます。

登校について

感染力が強く、
解熱した後3
日を過ぎるま
では出席停止
になります。



新聞やニュースで知っている人も多いか
と思いますが、沖縄県内において麻疹
（はしか）の感染がひろがっています。

麻疹は感染力が強く、学校においては予
防すべき感染症の一つです。

生徒や保護者の皆さん、登校前に検温を実
施して健康チェックをしてください！

もし、麻疹感染者と接触した可能性があ

る人で、熱が高く（目安：37.5℃以上）、発疹等の症状がある場合は、医療機
関を受診するようお願いします。その際、必ず事前に医療機関へ「麻疹かも
しれない」ことを電話連絡の上、受診するようお願いします。

麻疹（はしか）のワクチンの接種漏れはありませんか？

定期接種の期間に1度もワクチンを打っていない人や1回接種しただけの人は、
医師に相談してください。麻疹風疹混合ワクチン（MRワクチン）を任意で
接種することで、麻疹に対するワクチン免疫をつけることができます。