

保健だより 4月

【保健目標】
健康診断を受けて、自分の健康状態を把握する

2017年4月
小松市立高等学校
保健室

入学、進級おめでとうございます。新年度がスタートしました。新しいクラス、新しい先生、新しいことだらけの4月。緊張をしている人もいるかもしれませんね。緊張して頑張っている身体と心はとても疲れやすいですよ。そんな疲れをとるために、まずは早寝、早起きを心がけましょう。

これから1年間、みなさんが元気で楽しい学校生活を送れるよう、この保健だよりをとおして、みなさんの健康に役立つ情報をお知らせしていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



身体の成長や、病気や異常がないかをみるためにおこないます。健康診断は自分の身体のことを知るチャンスです。

《健康診断を受けるときに守ってほしいこと》

- ①先生の指示を守り、待っている間、おしゃべりをしないで、静かに待ちましょう。
- ②検診によっては、事前に準備しておいてほしいものがあります（ の部分）。忘れずに持参しましょう。

検診項目	対象	日	時間	場所	連絡事項
身体計測	全学年	4月14日(金)	5短7限	身長・男子体重：第1体育館 女子体重：視聴覚室 視力：1～3階学習室・23H・33H・13H教室 聴力：小会議室・ET・器楽練習室 ※メガネ・コンタクトレンズ使用者は忘れずに装着してくる。	
内科検診	3年 1年 2年	4月20日(木) 4月27日(木) 5月25日(木)	5～6限 5～6限 5～6限	会議室	川北学校医、藤本学校医 ※体操服で受診
耳鼻科検診 眼科検診	1年	4月19日(水)	5～6限	保健室 ロビー	上出、土定耳鼻科医 岡山眼科医
歯科検診	21・31・34・35H 22～25H 32・33・11・12H 13・14・15H	4月13日(木) 5月19日(金) 6月15日(木) 6月22日(木)	5～6限	保健室	山本学校歯科医 ※歯ブラシを持参し、昼食後、歯みがきをしておく。
結核検診 心臓検診	1年	4月17日(月)	1～3限	正面玄関前 会議室(女子) 応接室(男子)	※体操服で受診
尿一次検査 尿二次検査	全学年	4月25日(火) 5月16日(火)	登校後すぐ 提出	ロビー	※朝起きてすぐの尿を採る。 提出できない生徒は申し出る。

保健室の利用について

保健室には、ケガをした人、体調がすぐれない人、相談や悩みごとがある人など、いろいろな人が訪れます。誰もが気持ちよく使える保健室であるために、マナーを守って利用してください。



★守ってほしいことは

1. 体調が悪く休養している人もいます。来室の際は、複数での入室は控え、静かに過しましょう。
2. 薬品や備品はみんなが使用します。保健室のものを使いたい時は、必ず声をかけてください。また、使用した後は、速やかに返却しましょう。

★保健室で休養した時は

- 保健室休養（原則1時間）により授業を欠課した場合は、「保健室利用届」を教科担任へ提出してください。

★体調がすぐれず早退する時は

- 早退する時は、「保健室利用届」を持って担任と相談し、生徒指導課で「早退届」の手続きを行ってください。

学校感染症にかかった場合

- 診断後、速やかに担任へ電話連絡してください。
- 医師の登校許可が出るまで「出席停止」となります。欠席扱いにはなりません
- 回復後、「病欠証明書」を学校に提出してください。用紙は担任または保健室にあります（本校ホームページからでもダウンロードができます。）

【主な学校感染症の例】

インフルエンザ、麻疹（はしか）
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）
風しん、水痘（みずぼうそう）、百日咳
咽頭結膜熱（プール熱）、結核
髄膜炎菌性髄膜炎、感染性胃腸炎
など

学校のケガで受診した場合

日本スポーツ振興センターという災害給付制度があります。学校管理下（登下校中、授業中、部活動中等）のけがで病院にかかり、治療費が約1,500円以上（医療点数500点以上）かかった場合は、担任や部顧問に申し出てから、保健室に必要書類を取りにきてください。

これまで保健室においでた所司先生に代わって、この4月から保健室にいます。みなさんが健やかに学校生活を過ごせるよう保健室でサポートをしていきます。どうぞよろしくお願ひします！！

養護教諭 大塚知子