

# ほけんだより 4月

## 入学・進級おめでとうございます!

こんにちは。養護教諭の江川絵美と荒井沙紀です。みなさんの心と体の健康をサポートしていただけるように努めてまいりますので、1年間どうぞよろしくお願いいたします。また、ほけんだよりは、みなさんが健康的な生活を送るためのヒントになるようにという思いで、毎月発行しています。

保健室は、1階の職員室の斜め向かいにあります。学校生活の中で何か困ったことがあれば、いつでも来てくださいね。

### こんな時は保健室へ



ケガをした



相談したい



体調が悪い

「なんとなく教室に入りたくない」

「学校に来るのが辛くなってきた」時も来てみて下さい

### ❀相談ポストについて❀

保健室前の廊下に「相談ポスト」が設置されています。

誰に話したらよいかわからない時や口頭で説明することが難しい時等に相談するための手段として活用してもらえたらと思います。

中身は保健室の先生が確認します。  
生徒が見ることはありません。

## 健康診断のお知らせ

通信コース

〈日程〉 5月17日(金)

詳細は後日お知らせします。

〈検査項目〉 身体測定、視力、会話聴力、診察、尿、歯科  
1年生のみ → 胸部X線、心電図

❀健康診断前に検尿容器を配布します。当日の朝採尿し、提出してください。

生理で提出できない場合は、二次検査日の5月31日(金)に提出してください。

❀健康診断は、受診が義務付けられています。欠席のないようお願いいたします。

やむを得ず欠席した場合には、各自で医療機関にて健康診断を受診し、結果を学校に提出していただくことになります。

## 病気やけがの報告について

保健室では、みなさんの健康状態を把握し、緊急時に備える必要があります。生徒個人票入力フォームの健康状態欄に入力してもらったものに変化が生じた時や、病気やケガで通院を始めた時などは、担任の先生または保健室に教えてください。

### 日本スポーツ振興センター 災害共済給付制度について

登下校中・学校内・部活動中にケガ等をして病院を受診した場合、給付金が支払われます。給付には申請が必要になりますので、事故が発生したら、必ず担任の先生や部活動の顧問、もしくは保健室に報告をしてください。

手続きの方法等については、こちらのチラシをご参照ください。

★「学校でけがをした時は・・・」



★学校又は通学中にけがをした時の手続き方法



## 保健室を使う時は

誰でも安心して過ごせる空間にするために、次のようなことを守って利用してください✿

✿水分補給以外の飲食はできません。

食べ物の匂いで気分が悪くなってしまう人がいるかもしれません。

✿スマートフォンの使用は禁止です。

✿休養している人に配慮して、静かに過ごしましょう。

✿自習のために利用することはできません。

✿けがの応急処置は、学校でのけがのみ行います。

学校の物資には限りがあります。継続的な手当が必要な場合は、なるべく個人で行うようにしてください。

✿内服薬をあげることはできません。

いつも飲んでいる薬がある人は、自分で携帯するようにしましょう。

✿原則、休養は1日1回1時間(1授業分)です。

1時間休んでも回復しない場合は、早退し、お家でゆっくり休むか、医療機関で受診しましょう。