

## 保健室を利用するときは

- ・ 保健室に行く時は、必ず「保健室に行く」と保健委員や教科担任の先生に報告してから来てください。
- ・ 内科(体調不良)、外科(けが)で保健室を利用したら、記録用紙に記入をしてください。
- ・ 養護教諭が不在の時は、担任の先生等に申し出て指示を受けてください。
- ・ 学校内でのルールは保健室においても同じです。身だしなみを整えるなど、ルールをきちんと守ってください。

<p><b>目的</b></p> <p>ケガをしたときの応急手当</p>	<p><b>目的</b></p> <p>体の調子がすぐれない</p>	<p><b>目的</b></p> <p>体や健康について学びたい</p>	<p><b>目的</b></p> <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p><b>注意</b></p> <p>NG</p> <p>継続的な手当てはできません。家ですてね</p>	<p><b>保健室を利用するときの約束</b></p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p><b>注意</b></p> <p>内服薬は出せません</p>
<p><b>ルール</b></p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>入室入室時にはあいさつ</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>室内では静かに</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>備品等に勝手に触らない</p>

**入学おめでとう！**

ご入学おめでとうございます。新しい環境の中で、こととしよう。学校生活に慣れるまでは心も体も疲れる。早めに寝てしっかり食べるなど、体調管理にはささい。

新2年生、3年生のみなさんも、新たな学年に決意や希望を持っていることと思います。この緊張感を忘れずに一日一日を大切に過ごしてください。心も体も健康で、元気な一年間を過ごしましょう。

基本を守って

睡眠 早起き 運動 食事 ストレス 軽減

☆ 元気に過ごそう

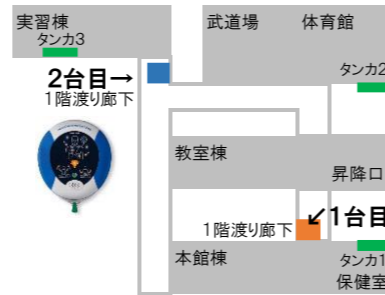
### 内科利用について

- 1 保健室での休養は原則として1時間までです。休養は回復が見込まれ、次の授業に参加するためのものです。なお、休養した場合その時間の科目は欠席になります。
- 2 **内服薬はありません。**腹痛、頭痛、月経痛などでよく内服薬を使用する人は、家の人と相談し、持参するようにしてください。
- 3 体調不良が理由で早退したい場合は、まず保健室へ申し出て下さい。原因等を考え、早退が必要な場合は担任の先生に許可をもらい、家庭へ連絡します。通院など、あらかじめ早退することがわかっている場合は、担任の先生に申し出て下さい。
- 4 保健室で休養したり早退する時に渡す「保健室利用連絡票」は、必ず担任の先生または教科担任の先生に渡してください。

### 外科利用について

- 1 保健室での応急処置は、**学校で起きたけがのみ**を扱います。家庭で起きたけがや2回目以降の処置は行いませんので自分で処置をしてください。
- 2 重症と思われる場合は、無理に動かさず、すぐに保健室や近くにいる先生へ連絡してください。
- 3 日本スポーツ振興センター災害給付について 学校で起きたけがで受診し、窓口の支払いが1500円以上(3割負担)の場合、その医療費に対して給付金が支払われる制度です。(自己申告制です) 受診したら担任、部顧問の先生に報告し、保健室へ書類を取りに来て下さい。(時効がありますのでお早め！)

## 本校のAEDはここにあります



誰が使ってもいいんだよ！

倒れている人を見つけたら思い出してね！

実際に現物を見て、場所を確認しておいてください。

### 健康診断の目的

健康診断って、何のためにやるの？

- ①自分の体を知る 自分の体の成長や、健康状態を知るチャンスです。
- ②病気の早期発見・早期治療 検査を通じて、異常や変化を早く見つけることができます。また、早く治療することにもつながり病気の悪化を防ぐことができます。
- ③健康を意識する 自分の健康は、自分で守るもの。普段から自分の体について考えることは健康維持につながります。

もし、気になることや相談したいことがあったら、気軽に相談してください。

### 健康診断・はじまります

健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンスです。事前のお知らせをよく読んで積極的にきちんと受けましょう。

### 健康診断の結果が出たら

健康診断の結果、「異常がある人」、「受診の必要がある人」へお知らせを渡します。お知らせをもらった人は、速やかに医療機関で詳しく診てもらい、「受診結果報告書」を学校へ提出してください。

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、先延ばししないで、悪化する前に早めに受診することが大切です。

お知らせのなかった人は「異常なし」です。結果を詳しく知りたい人は保健室へ来て下さい。

### 全学年 身体測定

5月9日(火)

身長・体重測定

### 視力測定

めがねコンタクトおすれずに！

### 聴力検査 (1、3年生のみ)

音がどのくらい聞こえているか調べます

### 全学年 尿検査

提出日 4月11日(火) 4月12日(水)

予備日 4月20日(木)

朝起きて最初の尿をとって学校へ提出します。

腎臓などに病気がないか調べます

### 全学年 歯科検診

6月 1日(木) 6月 8日(木) 6月15日(木)

歯や歯ぐきの状態かみあわせなどを調べます

### お世話になる校医の先生方です

- 内科 安達 一真先生(新川中央病院) 近藤 浩晃先生(みどりの森クリニック) 鈴木 厚先生(鈴木糖尿内科)
- 歯科 神谷 健史先生(神谷歯科医院)
- 学校薬剤師 神谷 直人先生(あおい調剤薬局)

### 全学年 内科検診 (運動器・眼科・耳鼻科含む)

4月18日(火) 2、3年生  
4月20日(木) 2、3年生  
4月21日(金) 1年生  
4月28日(金) 1年生  
5月23日(火) 2、3年生  
5月30日(火) 2、3年生

心臓・肺の様子や皮膚・骨の状態、栄養状態を調べます