

Health 4月

令和5年4月
広島市立美鈴が丘高等学校
保健室

★★入学・進級おめでとうございます★★

色とりどりの花が咲き、新学期を迎えました。新しい学年が始まり、期待と不安でドキドキな中、環境の変化によって体調を崩しやすい時期なので、疲れが残らないようにしっかり休養をとることも大事にしてくださいね。健康にも目を向け、心機一転、それぞれの学年で新たな目標をもって高校生活を充実させていきましょう。

～保健室利用のルール～



- ◆ **必ず先生に伝えてから保健室へ**
休憩時間で授業に遅れたり、授業中に休む場合は、授業の教科担任や担任に申し出てから来室してください。
***友達に頼むのではなく、直接自分で先生に伝えた上で来室してください**
- ◆ **入室したら、挨拶・名乗る・状況説明!**
まずは挨拶をして、「クラス・名前・症状・要件」を明確に伝えてください。
- ◆ **休養は原則1日1時間まで**
保健室は学校生活を頑張るために休養する場所です。休養は原則1日1時間以内とし、回復しない場合は早退を考えます。早退後は、自宅で安静にし、症状が悪化・持続する場合は保護者と相談して早めに病院を受診しましょう。
- ◆ **薬の投与や継続的な処置はできません**
保健室ではその日学校で起こったケガの応急処置をします。当日以外のケガや自宅でのケガは基本的にお家で処置をしてください。また、薬局や病院ではないので薬を出せません。薬は各自で用意し、友達同士で受け渡しはやめましょう。

日本スポーツ振興センター「災害共済給付制度」とは?

学校の管理下(通学中を含む)でケガをして病院を受診した場合、その治療費や見舞金の給付を保護者に対して行う制度で、全校生徒に加入をお願いしています。

申請書類は保健室にあります。学校管理下で起こったケガ等により受診した際は保健室へお知らせください。



給付には条件があります

*対象は総医療費 5000 円以上(自己負担 3 割の場合、窓口支払いが 1500 円以上)。

*登下校中の自動車交通事故の場合は、車やバイクからの損害賠償が優先されるので、対象になりません。

<今年度の健康診断日程>

◎感染症対策に協力をお願いします。

◎検診に向けて体調を整えておきましょう。

日時	検査	対象	注意事項
4月11日(火)	身体測定(身長・体重) 視力検査・聴力検査	身体測定・視力検査…全学年 聴力検査…1・3年生	・眼鏡を使用している人は眼鏡を必ず持参すること。 ・BMIの計算をするので電卓を持っている人は持参すること。 ・ビニール袋を持参すること。 (体育館へ入る際にスリッパを入れるため)
4月19日(水)	眼科検診・歯科検診	全学年	・コンタクトレンズは着用したままで良い。 ・歯科検診前には歯磨き・うがいをしておくこと。
4月25日(火)	内科検診・耳鼻科検診	全学年	・体操服を持参し、着替えること。 ・耳掃除をしておくこと。
4月26日(水)	心電図検査	1年生全員 2・3年生該当者	・体操服を持参し、着替えること。 ・静かに待機場所で待機すること。 ・髪が長い人は結んでおくこと。
5月9日(火)	胸部X線検査	1年生全員	
5月16日(火)	尿検査一次	全学年	
5月30日(火)	尿検査二次	一次検査未提出者 一次検査有見者	・業者が回収に来るため、登校後すぐに提出すること。

お世話になる

学校医の先生

よろしくお願いします!

内科	中村 充宏 先生
歯科	平野 育之 先生
耳鼻科	青木 正則 先生
眼科	広兼 知加 先生
薬剤師	佐藤 宏樹 先生



高校生は毎年学校保健安全法という法律で健康診断を受けることが決められています。健康診断は年に一度、自分の体と向き合える時です。自分の健康は自分で守り育てるという「生きる力」を身に付けるためにも、この機会に自分の体の状態を知り、健康を意識していきましょう。



今年度の保健室は

こうはたか すみ なかまえり さ
高畑香須美・中前理沙

が担当します。よろしくお願いします。