



## ご入学、ご進級おめでとうございます

今日から新年度のスタートです。今年度も3月までの1年間、心身ともに元気で充実した学校生活を送りましょう。ケガをしたとき、体調がすぐれないとき、元気が出ないときには、どうぞ保健室のドアを開けてください。保健室からもみなさんの健康な生活をサポートしたいと思います。

でも、保健室は生徒全員が使用する場所ですので、ルールを守って利用してください。

### 1 保健室ってどんなところ？

#### ▼体調が悪くなったとき

原因を見つけ、今どうすればよいか、今後どのようなことに気を付ければよいか考えます。必要に応じて、ベッドで休養します。内服薬は使用しません。薬を飲む必要のある人は、家の人と話し合っ、自分の症状や体質に合った薬を持ってきてください。

#### ▼ケガをしたら？

応急手当をします。ただし、継続的な処置は行いません。その後の治療は病院や家庭で行いましょう。

#### ▼こころが...？

こころが元気じゃないとき、悩みごとがあるとき、悲しいとき、どうすればよいか一緒に考えましょう。

#### ▼自分のからだや健康について知りたいとき

からだについての書籍や資料がありますので、利用してください。身体測定もできますよ。

### 2 保健室の利用方法

- ◎ **体調不良で来室するときは、「保健室利用カード」を記入し、必ず担任（副担任、学年の先生）から確認のサインをもらってください。**  
カードは職員室にあります。ケガ等の緊急時を除き、このカードを持たずに保健室には行けません。

- 入室時には、身だしなみを整え、きちんと挨拶しましょう。
- 体の具合やケガをした時の状況を分かりやすく説明してください。
- 保健室では静かにし、他の生徒の迷惑にならないようにしてください。
- 保健室では飲食しないでください。
- ベッドや器具等は、必ず先生の指示を受けて使用してください。  
また、使用後はきちんと整理整頓してください。
- 休養は1時間を原則とします。1時間目と6時間目はなるべく休養ないようにしましょう。
- 養護教諭が不在の場合、傷病者は担任の先生に申し出てください。

保健室利用カード	
体調不良で保健室を利用したいときは、利用者記入欄を記入し、必ず、担任（または副担任・学年の先生）から確認のサインをもらってください。	
【利用者記入欄】	
年 月 日 ( 時 分 )	
年 組 氏名	
理由 ( )	
【担任等確認サイン】	
	印
【保健室記入欄】	
1 授業継続させました。	
2 保健室で休養しました。( 限 )	
3 体育見学させました。	
	保健室