

# ほけんだより 4月

栃木県立益子芳星高等学校

1年生のみなさん、はじめまして。  
 2, 3年生のみなさん、今年度もよろしく!!  
 高校の保健室は、「誰でも」「いつでも」「どんなことでも」  
 気軽に利用できる最後の保健室です。卒業後に進学先や就職先  
 で困らないように、『自分の健康は自分で管理する』ことがで  
 きる大人になれるよう、お手伝いしたいと思います。

私が保健室の  
**相田(あいだ)**です。  
 よろしくお願ひします。



## ■ 利用は？ ■

① 基本的には休み時間に利用してください。

利用は？	連絡は??	なぜ???
休み時間	保健委員に伝えてから	授業開始時に教室にいないと、教科の先生が心配します。
授業中 (緊急時のみ)	教科の先生に <b>保健室利用票</b> をもらっ てから	教科の先生が把握できないと 困ります。基本的には保健委員が 付き添います。

高校は、学校に  
 来ているだけでは卒業  
 できません。授業に  
 出て、成績を修め、  
 単位を取らなければ  
 なりません。  
 安易に保健室で休  
 むことはしないよう  
 にしましょう。

### 保健室利用票

がない場合は、  
 保健室に  
 入室させません。

### 保健室利用票

-----  
 -----  
 -----



- ① 休養は1時間までです。  
回復しない場合は保護者に迎えに来てもらいます。
- ② 薬はあげられません。
- ③ けがの処置は1回のみです。



## ■ 利用したら ■

**保健室利用カード**を渡します。

- ⇒ 授業中であれば教科の先生に、
- ⇒ 授業以外であれば次の授業の先生か担任の先生に、  
必ず手渡してください。先生方のチェックが終わると、カードは保健室に戻ります。

保健室利用カード				
		△-△	○○○○	

**保健室利用カード**を先生に提出しなかった場合は、次回の保健室利用はお断りします。



【 学校医さんの紹介 】

- 内科：高安 研治 先生（高安医院）
- 眼科：関本 俊男 先生（関本眼科）
- 耳鼻科：金谷 洋明 先生（獨協医科大学病院）
- 歯科：菊池 久哉 先生（ウエスト歯科）
- 薬剤師：橋本 則雄 先生（中央薬局益子店）

健康診断は、学校生活を送れるか、感染症がないか、将来に影響を残す問題がないかを調べるために行います。みなさんにとっては、自分のからだを知るチャンスです。高校生らしい態度で臨んでください。

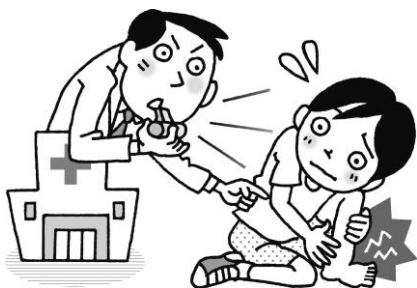
日	程	項 目	対 象
4月 11日 (月)	10:00~	身体計測 視力・聴力検査	全 学 年
4月 13日 (水)	13:30~	心 臓 検 診	1 年 年
4月 26日 (火)	SHR 終了後回収	腎 臓 検 診	全 学 年
5月 17日 (火)	※2次		
31日 (火)	※再回収		
4月 21日 (木)	9:00~	結 核 検 診	1 年 年
4月 27日 (水)	13:30~	眼 科 検 診	3 年 年
5月 11日 (水)			2 年 年
6月 1日 (水)			1 年 年
5月 27日 (金)	13:30~	耳 鼻 科 検 診	3 年 / 2年 (2クラス)
6月 3日 (金)			2年 (2クラス) / 1 年
5月 26日 (木)	9:00~	歯 科 検 診	3 年 年
6月 2日 (木)			2 年 年
16日 (木)			1 年 年
6月 6日 (月)	12:10~	内 科 検 診	1 年 年
7日 (火)			3 年 年
14日 (火)			2 年 年

学校でケガをしたら  
日本スポーツ振興センターの  
申請を忘れずに！！

授業中・部活動中・休み時間や登下校中など、学校での災害について医療費が給付されます。

対象となるのは、窓口で支払った金額が1,500円以上のケガです。

ケガをしたときは保健室へ申請書類を取りに来てください！！



黒板の文字が見えていますか！

視力検査の結果はどうでしたか？

Cは0. 7が見えない人、Dは0. 3が見えない人です。

黒板が見えなければ、先生の説明も理解できないし、ノートも

とれないのではないのでしょうか。成績が伸びない原因は視力にあるかも？視力が悪いと目の疲れから頭痛や肩こりもおきます。自分にあった眼鏡やコンタクトをすると、世界が変わるかもしれませんよ。



カラコンでのトラブルについて知っていますか？酸素不足となった角膜の表面がはがれたり、色素が溶け出して角膜や粘膜に炎症を起こしたり、レンズの洗浄不良や長時間装用などの結果細菌感染したり・・・。本校ではみなさんの眼を危険から守るため、カラコンは禁止です。通販・ドラッグストア・雑貨店などで売られている度入りカラコンとの区別が難しいため、眼科で処方されるカラコンも禁止です。眼科では透明のレンズを購入するようにしてください。

本校はカラコン禁止です！