

保健室の利用の仕方について

たった10分の休み時間。保健室の利用の仕方が悪いと、次の授業に遅れてしまうこともあります。みんなでマナーを守って、保健室を利用してください。

【確認】

① 保健室を利用する時は、「担任の先生」または「次の授業の先生」の許可をいただいてから利用すること。

※ 高校生なので、自分で直接理由を話してください。友達に頼んだ場合は、自分でもう1度話しに行ってもらいます。

② 保健室は1人で来ること。

※ 「〇年〇組の〇〇〇〇です。いつから、どこが、〇〇（症状）なので、〇〇（処置・対応）してください。」

→ どうして来室したのか、どうしたいのかを、きちんと説明してください。

→ 高校生なので、よっぽどの状態ではない限り、付き添いの友達が必要ありません。

③ 保健室を利用したら、「保健室利用カルテ」を記入すること。

④ 利用後は、「保健室からの連絡表」を担任または授業の先生に提出すること。

⑤ 保健室での休養は、原則1時間です。

※ 1時間以上休んでも体調が復活しない場合は、早退して医療機関を受診してください。

⑥ 保健室は飲食禁止です。

⑦ 相談や身体計測等は、時間のとれる昼休みか放課後をお願いします。

みんなの保健室

機能と役割を正しく理解して。。。
☆ルルマナーを守って利用してください!!



✿ 2・3年生には、3学期末に1年間の保健室利用状況を配布しました。

自分の健康管理は、きちんとできていましたか？睡眠不足・朝食抜き・遊び疲れ等「生活の乱れ」から体調が悪くなり、だるい・気持ちが悪い・頭痛がする等の症状が現れます。

✿ みなさんの元気いっぱいな笑顔がたくさん見たいので、健康な毎日を送れるように一緒に考えていきましょう。

ほけんだより 4月



今月の目標
自分自身の健康と身体状況を把握しよう



新年度がスタートしました。1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2・3年生の皆さん、進級おめでとう！
「春」は、何かと新たなスタートを切る季節。新しい「何か」が始まる気がして、毎年この時期になると何だかワクワクしてしまいます(*^_^*) 同時に、春は「出会い」の季節です。新しい友達、先輩、後輩、先生など…人との出会いはもちろん、初めて経験する出来事がきっとたくさん待っています。
心と身体の健康に注意して、よいスタートを切れるといいですね♪



健康診断の日程をお知らせします

日 時	検診項目	実施時間	対象
4月11日(火)	身体計測	新任式終了後	全学年
4月13日(木)	心臓検診	13:30~	1学年
4月14日(金)	腎臓検診(一次)	朝のSHR終了後 回収	全学年
4月20日(木) 27日(木)	歯科検診	8:55~	8クラス 7クラス
4月25日(火)	眼科検診	8:55~	全学年

学校医の先生方を紹介します

内科	川上 昭雄 先生
歯科	石崎 敬志 先生
眼科	原 正 先生
耳鼻科	佐々木 邦 先生
薬剤師	関澤 昭子 先生

皆さんを様々な面からサポートしてまいります。検診前にはきちんとご挨拶をしましょう。

- 健康診断は、1年に1度しかない「自分のからだについて知る機会」です。検診日に遅刻や欠席をしないよう、十分な体調管理を行ってください。
- 6月まで多くの検診が実施されます。提出物の期限や検診時の注意事項を守りましょう。
- 検診をした後には、保健室から皆さんへ検診の結果をお知らせしています。治療が必要という通知を受け取ったら、早めに医療機関を受診するようにしましょう。

日本スポーツ振興センター 災害共済給付制度について

保護者の方へ

お子さんが、学校でけがをしたとき

保健室まで知らせてください

医療費がおおりる手続きをします

学校でけがをしたときは?

日本スポーツ振興センター・災害共済給付制度

給付の対象・条件など

- 学校管理下（課外活動・通学なども含む）のけがであること
- 療養にかかった費用が5000円以上の場合（医療保険の適用で医療機関の窓口で支払った自己負担額が、通常1500円以上）

※医療機関等の状況の証明などの書類が必要です。詳しいことは学校(保健室へ)お問い合わせください

※制度の詳細は、日本スポーツ振興センターのホームページをご覧ください。
<http://www.jpnsport.go.jp/anzen/Default.aspx>

給付を受けられるのは…

授業中・休み時間・部活動中・登下校中・学校行事など、学校管理下でケガをして、窓口での支払いが1500円以上（自己負担3割）の時です。

こんな場合は給付されません

- ・医療費の合計が窓口払いで1500円以下の場合
- ・交通事故等で相手の損害賠償で治療を受けている場合 等

手続きは…

給付手続きは学校が行います。申し込み用紙等は保健室にありますので、あてはまるケガをしたときは、担任もしくは養護教諭まで申し出てください。給付金は、口座振り込みになります。

その他、不明な点は養護教諭までご連絡ください。

保健室

養護教諭の

村田 こそえ
軽部 栞
です♪



皆さんの心身の健康づくりをお手伝いさせていただきます。

身体の悩み、心のしんどさ…。どんな些細なことでもかまいません。気軽に保健室に立ち寄り、お話ししてくれたら嬉しいです(*^_^*)

1年間、どうぞよろしくお願いいたします。