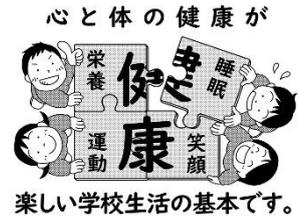


保健だより 4月



令和4年4月
北宇和高校保健室

83名の1年生を迎えて新年度がスタートしました。4月は行事が多く、慌ただしい日々が続きます。特に1年生のみなさんは、新しいことばかりで疲れや戸惑いを感じることも多いと思いますが、まずは生活リズムを整え、焦らず、少しずつ、新しい生活に慣れていきましょう。



学習や部活動に全力投球するには、心身ともに健康であることが第一条件です。1年間、充実した学校生活を送れるよう、健康管理に努めましょう。

令和4年度健康診断予定表

要保存



健康診断は、身体の発育や健康状態を知り、病気や異常を早期に発見して治療につなげるための大切な行事です。日程や準備物、注意事項をしっかりと確認しておきましょう。

項目	対象者	日程	準備物・注意事項
身体計測	全学年	4月15日(金) 午後	体操服・メガネ等 ※髪が長い人は、低い位置で結ぶ
尿検査	全学年	4月18日(月)・19日(火) →クラスで回収 * 予備日 22日(金)・28日(木) →各自で保健室前へ ※生理の日(及び前後1~2日間)を避けること。(予備日に提出) ※パンフレットの注意事項を確認して尿を採ること。 ※登校後、すぐに提出。出し忘れたら、採り直しになります!	
貧血検査	全学年	4月22日(金) 午前	
心電図検査	1年		バスタオル
結核検診	1年	4月22日(金) 午後	体操服(上) 女子のみ
内科検診	1年	4月20日(水) 午後 鬼北歩行前健康診断(2・3年の該当者)	体操服(上)
	2年	5月25日(水) 午後	
	3年	6月1日(水) 午後	
歯科検診	全学年	5月24日(火) 午前	朝でいねいに歯みがきしておく

欠席しないように気をつけよう!

☆今年度お世話になる先生方の紹介

学校医の先生方

内科 大野 建支 先生 (大野内科医院)
歯科 佐々木 誠 先生 (ささき歯科医院)
薬剤師 善家 和代 先生 (芝薬局)

スクールライフアドバイザー

沖 留美子 先生
☆月曜日または木曜日に来校されます。

※ 健康診断をはじめ、みなさんの学校での生活を様々な面から見守り、サポートして下さる先生方です。

保健室の利用について

保健室では、皆さんの学校生活を健康面からサポートしていきます。誰もが気持ちよく過ごせるように、ルールやマナーをしっかりと守って利用してください。

<保健室を利用するときは>

- 先生や周りの人に、保健室に行くことを伝えてから来る。
- 休んでいる人がいるかもしれないので、静かにする。
- 入退室時はノックやあいさつをする。
- 体温計や身長計などを使うときは、一声かけてから使う。
- 入口で手指消毒を行う。



入るときは、しずかにあいさつを



なるべく少人数で

<保健室でできないこと>

- ×継続的な手当て・・・保健室では応急処置を行います。帰宅後は、家庭で処置をするか、医療機関を受診してください。
- ×内服薬の提供・・・薬は自分に合うものを各自で用意しておきましょう。
- ×長時間の休養・・・保健室での休養は、原則1時間程度です。

確認をお願いします！ **AED**の設置場所

- ・本館教職員出入り口横（屋外）
- ・体育館正面玄関（屋外）
- ・生産食品科教棟1階



●日本スポーツ振興センターの「災害共済給付制度」について

学校の管理下（授業中、休み時間、登下校中など）で起こったケガや熱中症等により受診した場合、日本スポーツ振興センターに申請すれば、災害共済給付を受けられます。医療費の支払いが1,500円以上（自己負担3割）の場合に対象になります。受診した月から2年間請求を行わなければ、時効により給付が受けられなくなりますので、治療を始めたらすぐに保健室まで連絡してください。

●学校感染症について

学校において予防すべき感染症にかかった場合、以下の手続きに沿って届出を行ってください。「欠席」ではなく「出席停止」扱いになります。

- ①学校感染症と診断された場合は、速やかに学校へ届け出る
- ②医師の許可が出るまで登校禁止

学校所定の「診療証明書」または「診断書」を医師に記入してもらう

*「診療証明書」の用紙は、学校のホームページからもダウンロードできます。