

4月のほけんだより

岩出山高校保健室
令和5年4月10日(月)
第1号

入学・進級おめでとうございます。養護教諭の熊谷（くまがい）ひとみです。これから1年よろしくお願ひします。新年度を迎えて皆さんは今どんな気持ちですか？高校生活にワクワク？新しいクラスが不安？新しい環境に慣れるためにいつもより気を遣うことが増えて、疲れを感じやすい時期です。保健室では、皆さんの「こころとからだの健康」をサポートしていきます。困ったときは一緒に解決策を考えましょう。

☆感染症対策について☆

① **健康チェック**・・・毎朝自宅で体温を測定しましょう。

自分自身または同居者に発熱等がある場合は、登校を控えましょう。

② **手洗い・手指消毒**・・・外から屋内に入る時やトイレの後、食事の前後、清掃後など

こまめに流水と石けんで手を洗いましょう。



③ **咳エチケット**・・・学校生活においては、マスクの着用は基本的に求めません。

(着用は個人の意思によります。)咳やくしゃみをする時は、袖や肘の内側などで口や鼻を押さえ、飛沫が飛ばないようにしましょう。

④ **3密を避ける**・・・窓と扉を対角に開け、常時換気に努めましょう。

食事中は大声での会話を控え、対面は避けましょう。

保健室利用について

① **保健室利用が授業時間に重なる場合は、職員室で学年の先生にお話しし、保健室利用カードを記入してから来室しましょう。**



② **保健室での休養は1時間以内が目安です。**

1時間休養しても回復しないときは、早退することになります。家でゆっくり休むか医療機関を受診しましょう。



③ **内服薬はお渡しできません。**

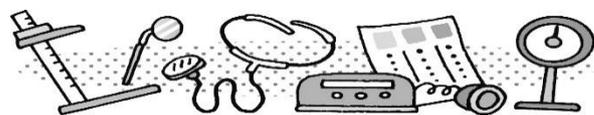
薬によってはアレルギー症状を引き起こすこともあるため、保健室では内服薬をお渡しすることはできません。普段飲んでいる薬がある場合は各自で準備し、友達同士であげたりもらったりするのもやめましょう。



④ **けがなどをして受診した場合は、保健室にも教えてください。**

授業中、休み時間、部活中、登下校中などにけがをし、医療機関等を受診した場合は、スポーツ振興センターへ医療費の申請を行います。治療するまでの医療費の合計が500点以上の場合に対象となります。

令和5年度 健康診断日程



月 日	時 間	健康診断	対 象	注 意 点 等
4/14 (金)	13:15~	結核検診 (※) (胸部レントゲン)	1年生	ボタン, 金具, ブラジャー, ファスナー, 刺しゅう, ビーズ等がない服装で受ける。
4/17 (月)	3・4校時	体位測定	全学年	ジャージに着替える。 メガネを使用している人は忘れずに持参してください。
		視力検査	1・3年生	
		聴力検査		
		色覚検査	1年希望者	
4/21 (金)	8:50 までに提出	尿検査	全学年	提出できなかった生徒は4/28に提出。
4/25 (火)	10:00~	循環器検診 (※) (心電図)	1年生	Tシャツ, ジャージに着替える。
4/26 (水)	9:00~	歯科検診	全学年	朝歯磨きをして検診を受ける。
4/28 (金)	8:50 までに提出	尿検査 (予備日)	4/21 未提出者	
5/15 (月)	13:20~	眼科検診	全学年	
5/23 (火)	8:55~	耳鼻科検診	1・3年生	
5/31 (水)	13:30~	内科検診	1年生	Tシャツ, ジャージに着替える。
6/14 (水)			2年生	
6/28 (水)			3年生	

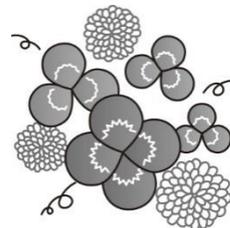
お世話になる学校医・学校薬剤師の先生方

内 科：高橋 直典 先生 (高橋医院)
 歯 科：千葉 昭久 先生 (千葉歯科医院)
 眼 科：星 秀二 先生 (星眼科医院)
 耳鼻科：佐竹 順一 先生 (古川駅南耳鼻咽喉科)
 薬剤師：伊藤 信逸 先生 (イシン薬局)

(※)

結核検診と循環器検診について、当日受けられなかった場合は、近隣の学校で受けてもらうことになります。

(保護者による送迎をお願いします。)



保健室の窓

「上には上がいる」

3月24日(金)の終業式前に、各種表彰が行われました。「多読賞」で表彰されたTさんに「おめでとう」と伝えると、「読書は趣味みたいなものだからそれで表彰されてもな」と照れつつも、「上には上がいることが分かった」と自分よりも多くの本を読んでいる人がいることに驚いた様子。昨年度の第1位はなんと163冊でした。どんなことでも夢中になれることがあるのはとても素敵なことです。自分が夢中になれることを見つける高校生活にしてほしいと思います。