



新学期がスタートしました。学校の中も新鮮な空気ですばいですね。新しいクラスはどうですか？
4月は環境の変化に加え、行事も多いので知らず知らずのうちに緊張していて、思っているよりも疲れていることが多いものです。短くても、ホッとできる時間を大切にしましょう。

それから、楽しく充実した学校生活を送るために、規則正しい生活を心がけて自分で健康管理をしていきましょう。

保健室の利用について



- 授業中に来室する時は、担任または授業担当の先生に伝えてから来てください。
授業以外の時は、保健室に行く旨を周りの人に伝えておいてください。
- 特に必要な場合を除いて、1人で来てください。
- 入退室時には挨拶をしてください。
- ケガや体調不良の時は、いつから、どこが、どんな状態なのかをはっきりと伝えてください。
- 休養は原則として1時間です。回復しない場合は早退、または病院受診等の措置をとります。
- 休養している人のことを考えて、保健室では静かにしてください。
- 保健室からは内服薬を出すことができません。必要であれば、自分で準備してください。



相談室の利用について

スクールカウンセラーによる学校生活の「悩み」等の相談を受けます。
2週間に1回程度来校していただきます。担当は原田陽菜子先生です。
相談を希望する人は、保健室まで申し出てください。

学校の管理下での「けが」について

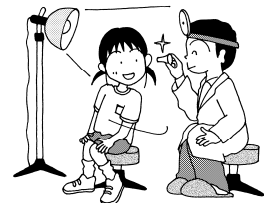
学校の授業中、休憩時、放課後や部活中、登下校中等、学校の管理下で「けが」をして病院を受診した時は、独立行政法人日本スポーツ振興センターへの手続きが必要になります。申請用紙が保健室にありますので取りに来てください。

健康診断が始まります！

健康診断では、身体測定と内科、歯科、眼科、耳鼻科などの検診、そして胸部レントゲン撮影、尿検査を実施します。

これらの検診は、疾病の早期発見、早期治療を目的として実施します。大切な授業を割いて行なう健康診断です。この機会に自分の身体の状況を把握しましょう。

裏面に健康診断の日程を載せていますので、確認してください。



平成28年度 健康診断日程

診断項目	月日	曜	対象	時間	検査場	備考
保健調査	4/9	土	1年生		(家庭で記入)	『健康管理票』(HR時に回収)
心電図検査	4/28	木	〃	5・6限	男子…視聴覚教室 女子…大、小会議室	検診個人票の記入
身体計測 視力検査 聴力検査	4/20	水	各学年毎	2時間使用	(実施計画別途)	スポーツテストと同時進行で行う。 眼鏡使用者は眼鏡を携行する。
内科検診	4/14	木	3年生	13:30～	大、小会議室	服装等特に準備するものはなし。
	4/26	火	2年生	〃		
	5/19	木	1年生	〃		
歯科検診	5/26	木	3年生	13:00～	視聴覚教室	当日、歯ブラシ携行。 昼食後歯みがきをしておく。
	6/9	木	1年生	〃		
	6/16	木	2年生	〃		
胸部X線 検査	4/15	金	1年生	8:40～	正面玄関前 大会議室 (女子更衣室)	体操服(グレーの長袖)で実施。
眼科検診	6/23	木	1年生 2・3年生	5限～	視聴覚教室	2・3年生は希望者。
耳鼻科検診	5/18	水	1年生	5限～	大、小会議室	耳垢をとっておく。 2・3年生は希望者。
	5/25	水	2・3年生			
尿検査	4/19	火	全校生徒	8:45まで	大会議室	前日、容器等を配布。 当日朝礼までに教室で提出。
	5/10	火	未検査者	〃		
	6/7	火	未検査者	〃	各自保健室へ提出	

学校医の紹介

内科	鈴木先生 (鈴木内科医院)
眼科	藤井先生 (湊北台メディカルスクエアふじい眼科)
耳鼻咽喉科	中島先生 (なかじま耳鼻科医院)
歯科	末森先生 (末森歯科医院)

