



R5.4.11 平高校保健室

ふじもと もえり
養護教諭の藤本 萌里です♡

本校2年目となりました。
 ささいなことでも構わないので、気軽に声を掛けてくださいね。1年間どうぞよろしくお願いいたします！



新1年生のみなさんご入学おめでとございます。

新しい環境で緊張していることと思います。しかし！心配いりません。先生や先輩はとっても親切な方ばかりです。困ったことがあったら遠慮せずにごんごん聞いてみてくださいね。もちろん、保健室でも待っています！

新2・3年生のみなさん進級おめでとございます。

2年生は、去年の今頃フレッシュ1年生でした。あれから早いもので1年経ちました。私と一緒に、平高校2年目も元気に過ごしましょう！3年生は保健室から離れた3階教室…。なかなか面と向かって会える機会は少なくなるかもしれませんが、休み時間や放課後にいつでも話しに来てくださいね。今年度も、様々な場面でのみなさんの活躍を楽しみにしています☆

4月の予定

19日(水) 眼科検診(8:35～)

26日(水) 内科検診(13:00～)

28日(金) 身体・視力・聴力測定(全学年)、結核検診・心臓検診(1年生のみ)、貧血検査(希望者)(9:00～)



平高校保健室ルール

- ◇基本的に、休み時間に利用しましょう。
- ◇休養している人のためにも、静かに利用してください。
- ◇保健室で休養する時間は、基本1日1時間とし、長時間の利用はできません。しかし、状況に応じて変更する場合があります。
- ◇授業中に保健室を利用する場合、必ず教科担任の許可を得てください。
- ◇保健室では、医薬品(内服薬)を渡すことはできません。(医師の指示等がある場合は事前に相談)いつも飲んでいる薬がある場合、自分で準備しましょう。
- ◇保健室で行う処置は、あくまでも当日の傷病に対する手当てであり、原則継続的な処置は行いません。

保健室は「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せずに来てくださいね。

ただし！**授業は大切な時間**です。授業が受けられそうか、そうでないかをよく考えて利用するようにしてください。

保健室を利用するときに伝えてほしいこと

どこが？



からだのどの部分のケガ・具合が悪い？

いつから？



ケガや具合が悪くなったのはいつから？

どんなふう？



どんなふう？に痛い・具合が悪いのかな？

どうして？



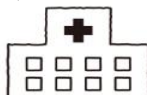
何をしているときにケガ・具合が悪くなった？

「絆創膏くださ～い」、「湿布くださ～い」とだけ言って保健室に来る生徒がいます。どうして怪我をしたのか、なぜ必要なのか自分で説明するようにしてください。また、ティッシュや体操服忘れなどで保健室に来室する生徒もいます。ぎくつとしたそこのあなた！しっかりと自己管理できるようになりましょう。

健康診断が始まります！

学校の健康診断は、みなさんの「今」の体の状態をチェックすることはもちろん、これからも健康に過ごすための方法や大事なポイントを学ぶ場でもあります。

健康診断の結果、受診が必要になったとしても、それは良くなるためのチャンスです！是非、積極的な気持ちで健康診断を受けましょう。



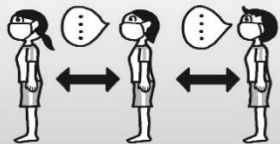
学校医の先生を紹介します

内科	根井 仁一 (根井クリニック) 先生
歯科	北川 武史 (北川歯科医院) 先生
耳鼻科	河合 晃充 (河合医院) 先生
眼科	森田 嘉樹 (森田眼科医院) 先生
薬剤師	丹波 美津子 (たんば薬局) 先生

≡ 先生に会ったら、元気にあいさつをしましょう！ ≡

健康診断での諸注意

順番待ちの際は
おしゃべりをせず、
間隔をあけて並ぶ



キープ・ディスタンス！

髪が長い人は、
検診・検査の邪魔に
ならない髪型にしておく

目にかからないよう
前髪はピンで留めるか、
短く切る

耳が
隠れない
ようにする



髪は低い位置で結ぶ
(×おだんご、×ポニーテール)

忘れ物をしない
ようにする



検診・検査の際に
必要なもの
(体操服、使っている人は
メガネなど)を
持ってくる



保健調査票や
尿検査は
提出日を守る



・＊・健康診断 日程の確認と準備を！・＊・

日時	検診・検査	場所	対象
4月19日(水) 8:35~	眼科検診	保健室	全員
4月26日(水) 13:00~	内科・運動器検診	会議室	全員
4月28日(金) 9:00~	身体測定	各教室	全員
	心臓検診	会議室	1年生
	結核検診	検診車	1年生
	貧血検査	会議室	希望者
5月18日(木) 14:40~	耳鼻科検診	会議室	全員
6月7日(水) 12:55~	歯科検診	会議室	全員

スクールカウンセリングのお知らせ (保護者の皆様・生徒のみなさんへ)

本校では、スクールカウンセラーが、月に1回程度来校し、カウンセリングを行っています。希望される場合は、担任もしくは保健室までお知らせください。