

# ほけんだより 4月

令和5年4月10日 岐山高等学校 保健室

<今月の保健目標>

- ・定期健康診断から健康状態を把握する。
- ・新型コロナウイルス感染症対策

## 🌸ご入学・ご進級おめでとうございます🌸

新年度がスタートしました。新しい学年、新しいクラスメート、新しい先生にワクワクしている人も多いと思います。一方で、新しい環境に慣れるまではこころが忙しい毎日なのではないでしょうか。誰でも最初は不安や緊張を感じるものです。あせらず、自分のペースで新しい生活をスタートさせてください。

養護教諭の岩佐、岡部です。みなさんが心も体も健康で過ごせるようサポートします。1年間よろしくお願いします!



今週から健康診断が始まります。健康診断は、身体の成長や健康状態を把握し、学校生活を送る上で注意することはないかどうか、病気の疑いがないかを調べる大切な機会です。自身の身体や健康に関心をもち、日々の健康管理に生かしましょう。

月	日(曜)	健診項目	対象	注意事項等
4	12日(水)	尿検査	全校生徒	腎臓などが正常に働いているか調べます。
	19日(水)	内科検診	1年生	心臓や呼吸器疾患、貧血、皮膚病などがいないか調べます。
	21日(金)	尿検査	全校生徒	2次検査対象者には、2次検査用の採尿キットと問診票を配布します。
	24日(月)	心電図検査	1年生	心臓が正常に動いているか調べます。
	25日(火)	身体計測視力・聴力検査	全校生徒	身長・体重・視力・聴力を測定します。 <u>メガネ使用者は必ず持参してください!</u>
	26日(水)	歯科検診	2・3年生	う歯、歯周疾患などを見つけます。
5	2日(火)	胸部 X 線検査	1年生	主に結核に罹患していないか調べます。
	10日(水)	眼科検診	1年生4クラス	目の病気がないか調べます。
	24日(水)	内科検診	2年生	心臓や呼吸器疾患、貧血、皮膚病などがいないか調べます。
6	8日(木)	歯科検診	1年生	う歯、歯周疾患などを見つけます。
	14日(水)	耳鼻科検診	1年生	耳・鼻・のどに異常がないか調べます。 前日には必ず耳掃除をしましょう。
		眼科検診	1年生4クラス	目の病気がないか調べます。
	21日(水)	内科検診	3年生	心臓や呼吸器疾患、貧血、皮膚病などがいないか調べます。

### 📞お世話になる学校医の先生方を紹介します

検診ごとに、所見のあった人にはその都度お知らせをお渡しますので、早めの受診をお願いします。受診した場合や、継続管理をされていて以前と変更がある場合は、結果を保健室まで知らせてください。

\*各健康診断当日は、なるべく欠席のないようにお願いします。



内科	白木 尚 先生
	上久保 啓太 先生
耳鼻科	小泉 光 先生
眼科	宇野 真 先生
歯科	阿部 喜八 先生
	堀 重慶 先生
学校薬剤師	朝倉 恵美子 先生

◎保健室の利用について

🌀けがや体調不良で保健室に来たときは、  
「いつ、どこで、何をしていた、どこが、どうなったのか」を詳しく教えてください。

🌀急なけがや体調不良以外は、なるべく休み時間に利用しましょう。  
心配事や悩み等を話したいときはいつでも気軽に相談してください😊

🌀保健室での休養は、原則1時間です。  
休養しても回復しない場合は、受診または自宅で休養することをおすすめします。

(※健康チェックカード項目に該当する症状がある場合は、自宅での休養をお願いしています。)

🌀飲み薬は置いていません。よく服用する薬がある人は、各自学校に持参しましょう。

🌀保健室を利用した場合は、「保健室来室連絡」を教科担任の先生へ渡してください。

～みんなが利用するところです。誰もが気持ちよく利用できるよう、ルール・マナーを守りましょう～



◎日本スポーツ振興センター災害共済給付について

学校の管理下(授業、部活、登下校など)でけがをして医療機関にかかったとき、医療費の一部が給付されます。初診から治療までの総医療費が5,000円(窓口での自己負担3割の場合、支払い額が1,500円)以上の場合が対象となります。給付事由が生じた日から2年間以内に請求しなければ、時効により請求権がなくなります。

●手続きの方法●

担任・教科担・部顧問に報告したうえで、保健室へ来てください。手続きに必要な書類をお渡します。

〈その際に伝えてほしいこと〉

・いつ	・どこで(場所)	・どこを(けがの部位)	・どのように
・けがの状態	・かかった費用	・受診した医療機関	・利用した薬局
・公費負担医療制度を利用しているか			

給付まで数か月を要しますことをご了承ください。



◎引き続き「新型コロナウイルス感染症対策の徹底」をお願いします!

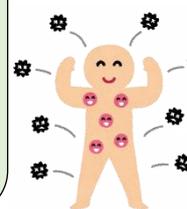
①毎身体調確認・健康チェックカード

毎朝必ず体温を測定し、チェックカードに記入・登校時には必ずチェックカードを持参しましょう。チェック項目に該当する場合は無理をせず休養してください。

②こまめな換気

密閉の回避には換気は不可欠です。「換気のルール」で、新鮮な空気です授業を受けよう。登校時・休み時間・昼休みには積極的な換気をお願いします。

生活リズムを整えることも大切です。



③手指衛生

丁寧かつ頻繁な手洗い・消毒を徹底しましょう。特に登下校や教室移動、不特定多数の触れる部分に触ったあとは要注意です。

④場面に応じたマスクの着用

混雑した電車やバスを利用する際はマスクの着用が推奨されています。場面に応じて、相手を思いやるマスクの着用をお願いします。

③食事をする時

大声での会話や、机を向かい合わせにしての食事は控えてください。飛沫が飛ばないように注意しましょう。

△以下の場合には必ず学校へ連絡してください。

- ・体調不良や健康チェックカードの項目に該当し、欠席する場合。
- ・ご家族に発熱や風邪症状などの症状がある場合。
- ・生徒本人・同居のご家族が「PCR検査・抗原検査の対象となった」場合、「濃厚接触者」となった場合。
- ・新型コロナウイルス感染症のワクチンによる副作用のため登校が困難な場合。

☎岐山高校:058-231-2905 ☎緊急用連絡先:090-3256-7694