



保健だより4月

今月の目標：健康診断を受け健康状況を把握しよう。安全な通学。
新型コロナウイルス感染症対策をする。

山高保健室 NO. 1 R3. 4

入学、進級おめでとうございます。

新しい環境や友だちとの出会い、新しいことは楽しみですが不安でもあると思います。

こころが忙しい毎日だと思いますが、あせらず自分のペースで大丈夫ですよ。少しずつ慣れていきましょう。

昨年度1年間新型コロナウイルス感染症対策のため、『朝の健康チェック』『マスク着用』『手指消毒』等行ってきました。今年度も同様に対策を行います。「自分のために、クラスのために、学校のために、家族のために、みんなのために」心掛けてください。

「朝の健康チェック」をしていて感じていることがあります。朝、始業時間ギリギリに登校する生徒はその時点でもう心が落ち着いていません。始まりを心穏やかに過ごすことが1日の生活に大きな影響を与えます。いつも学校にかけ込んでくる人は、5分でいいので早く学校に着くよう生活を変えてみましょう。

♪新年度最初の大きな行事・健康診断がまもなく始まります。自分のからだと向き合う1年に一度のチャンスです。

健康診断の目的は…？



- その❁ 自分の成長や健康状態を知る
- その❁ 病気の疑いがないかを調べる
- その❁ 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう！

【健康診断の日程】

4月16日(金)	尿検査	全学年
20日(火)	尿検査(二次)	該当者
4月15日(木)	聴力検査	3年生
16日(金)		1年生
4月20日(火)	心電図検査	1年生
4月20日(火)	結核検診(胸部X線)	1年生
4月27日(火)	内科検診	3年生・2年1.2組
4月28日(水)	内科検診	1年生・2年3組
5月31日(月)	歯科検診	全学年
6月1日(火)		
6月25日(金)	眼科検診	該当者

健康診断などでお世話になる先生方の紹介

宇野俊郎 先生 (宇野クリニック)
平岡哲也 先生 (平岡クリニック)
河野吉喜 先生 (たかとみ眼科)
西森繁範 先生 (西森歯科クリニック)
原田昭治 先生 (ハラタ健康堂薬局)

尿検査 4月16日(金)

朝、起きたらまずトイレに行き尿を取ってください。そのあと忘れずに1時間目が始まる前に提出しましょう。

再検査になった人は、4月20日(火)に提出してください。

16日に女子で取れない人も4月20日(火)に提出してください。

新型コロナウイルス感染症対策➡「朝の健康チェック」➡健康チェックカードに記入し学校に持ってくる



○熱はありませんか？

○のどの痛みや咳はないですか？



○息苦しくないですか？



○体はだるくないですか？



みんなで守ろう 保健室の約束

保健室に来る前に

- 先生に伝える
- ケガをしたところは水で洗う
- 付き添いは少人数で



保健室に来たら

- あいさつをして入る
- 保健室前や中では静かに
- 室内のものを勝手にさわらない



災害共済給付制度 についてのお知らせ



学校の管理下でケガ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。総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払い額が1,500円）以上が対象になります。受診した月から2年間請求を行わなければ給付を受けられなくなるので、早めに保健室にお知らせください。

