



# 保健だより①

2019.4.9

宇部工業高校 保健室

(持ち帰り、保護者の方にも見せてください)

## 新年度スタート！気持ちを新たに頑張ろう！

あたたかい季節、そしてはじまりの季節になりました。なんだかワクワクしますね。保健室では今年度もみなさんが元気に(´・`)笑顔で(´o`)たくましく(´o`)学校生活が送れるようお手伝いをしたいと思います。

みなさんも何か一つ目標を決めて、新たな気持ちでスタートしてはいかがでしょうか？ちなみに、私の今年度の健康目標は「3ヶ月に一度、歯の定期健診に通う」です。

## ようこそ、保健室へ

### ●こんな時に来てください

- ・ケガをした時や具合が悪いとき。
  - ・体や心のことで悩みがあるとき。
  - ・体重や身長を測りたいとき。
- はもちろん、  
 ・ちょっと雑談や一息つきたい時も気軽にどうぞ（休んでいる人がいたら、静かにね）。



### ●注意してほしいこと

- ・保健室には**飲み薬はありません**。また、安易に友達から薬をもらったり、渡したり絶対にしないようにしましょう。間違った薬でアレルギーを起こしたり、症状がひどくなったりすることがあります。どうしても必要な人は日頃から自分に合った薬を携帯しましょう。
- ・保健室では**応急措置のみ**行います。**その後の手当は家庭や病院で行ってください**（家庭でのケガは家庭で手当をしてください）。



### ●保健室で守ってほしいこと

- ・保健室に入る時は**ノック**をし「失礼します」退室する時は「失礼しました」を忘れずに。
- ・保健室はできるだけ**休み時間**を利用し、次の授業に遅れそうな時は、**教科担当の先生に報告**してから保健室に来ましょう。
- ・自分の症状や体の状態をきちんと話せるようにしましょう。
- ・傷は**水道水**で洗って来てください。特に転んだ時は砂をきれいに洗い流しておくで早く治ります。
- ・保健室は**食事禁止**（飲み物のみ可）。
- ・保健室にあるものは勝手に使わないで、**ひと声かけてから**使ってください。
- ・保健室で借りたものは、必ず返しに来てください（特に体操服、弾力包帯、アイスノンなど）。



今年度も、全日制は藤井、定時制は砂本先生でスタートします。どうぞよろしくお願いいたします。

ちなみに、私の座右の銘は「人間、塞翁が馬」。愛犬はチョコタンのロングコートチワワ。Spitz 大好き。

C

## 定期健康診断が始まります



健康診断は変化していく身体の様子を知り毎日の生活に支障はないか、自分では気づきにくい病気にかかっていないかを知る、とても大切な学校行事です。『自分自身』のための健康診断、積極的に、そして真面目に受けましょう！

《健康診断日程予定》 ※日程は変更になる場合があります。

月/日	曜	項目	時間	対象者	備考
4/16	火	歯科検診	9:00～	全員	
4/17	水	内科検診	13:30～	3年	
4/19	金	心電図検査	9:50～	1年生のみ	体操服等持参
		胸部X線検査	13:30～		
4/24	水	尿検査①	8:55まで	全員	保健委員がまとめて提出
		内科検診	13:30～	2年	
4/25	木	尿検査②	8:55まで	未提出者	各自が保健室に提出
		体力・身体測定		全員	体操服、メガネ等持参
4/26	金	尿検査③	8:55まで	未提出者	各自が保健室に提出
5/8	水	尿検査予備日①	8:55まで	再検者	各自が保健室に提出
5/9	木	尿検査予備日②	8:55まで	再検者	各自が保健室に提出
5/22	水	内科検診	13:30～	1年	
5/23	木	眼科検診	13:30～	1・2年	
		眼科健康相談	放課後	1年該当者	
5/24	金	眼科検診	13:30～	3年	
6/11	火	耳鼻科検診	13:30～	全員	前日、耳そうじ

## 《おうちの方へ》

学校における健康診断は、お子様一人ひとりの発育・健康状態を把握し、学習や運動などの学校生活を送る上で注意すべきことがないかを調べるものです。しかし、学校で行う健康診断は”スクリーニング”といって、問題や疑いのある者をふるいわけけるもので、病院などの医療機関で受ける検査とは違います。その後の受診の結果、「異常なし」と診断されることもあります。

また、健康診断でわかるのは受けたその日の健康状態ですので、御家庭での毎日の健康観察、健康管理をお願いします。

## 《校医の先生方》

内科 田尾 健 先生      眼科 寺西秀人 先生      耳鼻科 橋本智子 先生  
 歯科 岩本俊哉 先生      歯科 中務洋一 先生      薬剤師 原 浩司 先生



## 日本スポーツ振興センター災害給付制度について

学校の管理下（学校内や部活、登下校中）のケガで病院を受診した場合、その治療費（薬代も含みます）や見舞金の給付を行う制度です。山口県の県立高校では全員加入が原則で、保護者の方にも、毎年掛金（今年度は1,935円）を負担していただいています。整骨院（保険診療）についても給付されることがありますので、お申し出ください。