

ほけんだより 4月

小松高校 保健室
NO. 1
2025年4月7日

入学・進級おめでとうございます。

新生活に期待があふれる一方、生活や環境の変化は、自分が感じる以上に心身の疲労をもたらします。まずは「しっかり寝る」「バランスの良い食事」「適度な運動」を心がけ、無理なく快適に新学期が過ごせるように、自分なりのペースを作っていきましょう。

身体計測



身長と体重をはかります

眼科



目の病気や異常がないか調べます

歯科



歯や歯肉、歯並び、かみあわせ、あごの関節などに病気や異常がないか調べます

聴力



耳がよく聞こえているか調べます

内科



心臓や肺の音、栄養状態、皮膚、背骨や胸の骨の形などに異常がないか調べます

**健康診断が
はじまります**

尿



腎臓病や糖尿病などの病気がないか調べます

運動器



骨、関節、筋肉などの運動器に異常や痛みがないか調べます

耳鼻咽喉科



耳・鼻・のどに病気や異常がないか調べます

視力



どれくらい見えているか調べます

心電図



心臓が規則正しく動いているかなどを調べます

4/14(月)に身体測定をします。矯正視力を測るので、メガネを使用している人は忘れずに持ってきてください。

4/17・18 検尿一次は遠足のない日に提出してください。

学校三師のご紹介

健康診断等でお世話になります。

◎学 校 医：村井 裕 先生
(恵仁クリニック)

◎学校歯科医：土肥 宏樹 先生
(土肥歯科医院)

◎学校薬剤師：竹森 幸弘 先生

健康診断の日に欠席すると、後日医療機関に行っても受診しなくてはいけないものもあります。できるだけ欠席しないようにお願いします。

【健康診断日程】

4月10日(木)	内科健診(2年)
14日(月)	身体測定(全学年)
15日(火)	心臓検診(1年)
16日(水)	歯科検診(3年、2年4クラス)
17日(木)	尿検査一次①(全学年)
18日(金)	尿検査一次②(全学年)
21日(月)	結核検診(1年)
23日(水)	歯科検診(1年、2年4クラス)
24日(木)	内科健診(3年)
5月1日(木)	耳鼻科検診(1年)
8日(木)	内科健診(1年)
9日(金)	尿検査二次①(該当者、一次未提出者)
27日(火)	尿検査二次②(該当者、一次未提出者)
6月20日(金)	結核検診予備日(該当者)

小松高校の保健室は、教室棟1Fの西側(1H側)階段の奥にあります。

保健主事の吉田先生(体育)、養護教諭の奥山、徳沢がおります。

以下のようなときは、ぜひ利用してください。

保健室の利用について

保健室では騒がないでね!

学校でケガをしたり体調が悪くなったときに
応急手当や一時休養ができます

こんなときにもぜひ
保健室へ来てください

手当の際に「いついつから」「どこが」「どうしたのか」など、
自分の状態を説明してください。

体や心、健康について
知りたいことがあるとき

休養は原則1時間です。
よくなりなときは
早退を勧めます。

困ったことや相談したい
ことがあるとき

※保健室では内服薬をあげたり、
翌日以降の継続した手当ではできません。

※先生に伝えてから来室しましょう。
また、緊急でないときは休み時間に利用するようにしてください。

身長や体重などを
測りたいとき

日本スポーツ振興センター災害共済給付について

生徒のみなさんは、災害給付金の請求ができる(=災害共済給付制度)に加入しています。これは、学校生活に関するケガ等での受診にかかった費用を負担してくれる制度です。

以下のような条件の時に怪我をして病院受診をした際には、保健室まで来てください。申請に必要な書類をお渡しします。★学校でのケガ等は市町村の子ども医療助成制度よりもコチラの保険が優先です!

災害共済給付の対象になるのは…

◎授業中、休み時間、学校行事、部活動、登下校中のケガ等

◎窓口での支払いが1500円以上(自己負担3割で)

※一度窓口で支払いをしますが、申請通過後4割分=3割負担分+1割戻ってくる制度です。

※支払い金額が1500円未満の場合のみ、子ども医療費助成制度を使ってください。

