

2022年 4月13日 野々市明倫高校 保健室

1年生のみなさん、入学おめでとうございます!新生活に期待やワクワクで満たされている一方、初め てのこと・覚えることが多く、毎日、慌ただしい日々を送っていることでしょう。気持ちがはやりがちで すが、オーバーペースは禁物。無理せず、いまの環境にあった生活リズムをつかんでいってください。

そして、2・3年生のみなさんは学年がひとつ上がり、やはり新たな気持ちではりき っていることでしょう。でも、気をつけることは 1 年生と同じ。前のめりになりすぎ ず、気負わずに過ごしていってほしいと思います。

新しい環境や人間関係は、自分が感じる以上に心身の疲れを呼び込みます。年度初め から体調を崩したり、けがをしてしまってはせっかくのやる気もしぼんでしまいます。 しっかり食べて栄養をとって、よく寝て…自分のペースを見失わないでくださいね。



. 9000 90 00 11 11 でも、自分のペースで

は健室って こんなところ

《保健室の担当》

教諭(体育) 平川

養護教諭

1年間、よろしくお願いします!



痛など体調を崩しやすい人は常備薬を持ってくるように

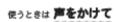
保健室には飲み薬は置いていません。

頭痛や腹痛、



来宣するときは **先生に伝えて** から





保健室の中では **静かに**



やりの心で



7つのまちがい を探そう!

> 答えは下に あります。









始まります!



歯科検診、内科検 診の詳しい日程は 決まり次第、担任 の先生から連絡し てもらいます。

身体測定・視力検査【全学年】 4月13日 (水) 聴力検査【1・3年】 4月18日(月) 25日(月) 歯科検診【全学年】 5月 2日 (月) 4月19日(火) 26日(火) 28日(木) 内科検診【全学年】 5月24日(火) 26日(木) 4月20日(水) 心臓検診、結核検診【1年】 4月21日(木) 尿一次検査【全学年】 22日(金) 〃 (予備日) 5月13日(金) 尿一次・二次検査【未提出者、二次対象者】 尿二次検査(予備日) 【二次対象者】 31日(火) 眼科検診【全学年:問診対象者のみ】 5月11日(水) 秋頃実施予定 耳鼻科検診【1年:問診対象者のみ】

体育の授業や部活動、登下校中に ケガをした場合は・・

学校管理下でケガをしたとき 災害共済給付金

を利用できます

学校の管理下でケガをして受診した場合、日本スポーツ振興センターに申請すれば、災害共済給付をうけられます。 医療費の自己負担分の総額が、1,500円以上である

> ことが要件です。専用の申請書類をお渡し しますので、治療を始めたら、すぐに 保健室までお知らせください。



学校の管理下とは?

授業中、運動会、遠足、部活動、 修学旅行、林間学校、水泳指導、 休み時間、登下校中 など

注意!登下校中でも車との事故によるケガは、原則、給付対象外となります。事故後は症状がなくても後から痛みが出てくる場合もあります。事故にあった場合は、必ず相手の連絡先を聞くようにしてください。

【答え】右の生徒の靴下、扉の取っ手の高さ、手洗い台の下のパイプ、テーブルの上の花、丸いすの前にある足置き台の高さ、先生のメガネ、手前の一番左の本