

# ほけんだより がつ 4月

平成31年4月8日(月)  
金沢桜丘高等学校 保健室

## 入学・進級おめでとうございます！

保健室は1階の生徒玄関から入って、突き当たりを左に進み、購買と相談室の間にあります。  
みなさんの心と体のための保健室ですので、気軽に利用してくださいね。



☆健康診断は自分の身体の情報を知ることができるチャンスです！

自分のからだのことを正確に理解し、日々、健康的な生活を送れるよう、自覚を持って検診を受診しましょう。

定期健康診断の日程です。変更の場合がありますので、その都度お知らせ致します。

月	日	曜日	検診内容	対象	時間	場所
4月	9日	火	心臓検診	1年	午後	大会議室
	10日	水	結核検診	1年	午前	大会議室・検診車
	17・18日	水・木	尿検査1次	全学年	登校時	生徒玄関
	17日	水	耳鼻科検診	1年該当者	5限	大会議室
	18日	木	身体測定・視力・聴力	全員	5・6限	校内・体育館
	22日	月	欠席者・再検者 身体測定・聴力	欠席者・再検者	昼休み	保健室
	23日	火	歯科検診 ①	未定	1限～4限	大会議室
	24日	水	歯科検診 ②	未定	1限～4限	大会議室
5月	9日	木	内科検診 ①	3年	5限～6限	大会議室
	9・10日	木・金	尿検査2次	再検者・未提出者	登校時	保健室前廊下
	22日	水	内科検診 ②	2・3年(予定)	5限～6限	大会議室
	23日	木	内科検診 ③	1・2年(予定)	5限～6限	大会議室
6月	12日	水	内科検診 ④	1年(予定)	5限～6限	大会議室
	13日	木	内科検診 ⑤	1年(予定)	5限～6限	大会議室

- ・健康診断個人カードの保健調査の部分は記入漏れの無いようお願いします。
- ・色覚検査については、検査を希望する人は保健室まで連絡して下さい。

## 保健室の先生の紹介




◎ 保健体育:山本 ◎ 養護教諭:吉田 ◎ 養護助教諭:橋谷 ◎ 保健体育:坂田

## 皆さんからの保健室アンケートの結果について

3月末に保健室を利用した新2・3年生に、保健室での応急手当について BEST・BETTER・GOOD・BAD の4段階でアンケートに答えてもらいました。回答ありがとうございました。回答してくれた人の約9割の生徒がGOOD以上と答えてくれました。

BEST・BETTER・GOOD

○布団がふかふかでよく眠れたし良かった。○突き指の手当てがすばやかった。  
○先生の話が面白かった。○湯たんぽが良かった。○気軽に入れる。○丁寧に对应してくれた。  
○優しく対応してくれた。○保健だよりがいい。○自分のことをしっかり考えてくれてうれしかった。  
○相談を聞いてくれる先生たちの姿勢が嬉しかった。○体調管理のことを教えてくれた。  
○対処が早くてすぐに楽になれた。○いつも笑顔で入りやすい。○自分の生活リズムを見直すことができた。

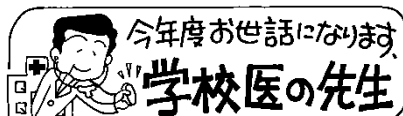


皆さんからの意見で先生たちの励みになる言葉がたくさんありました！！今後も皆さんを支えていけるように保健室の環境を整えていきます。以下は皆さんから寄せられたBADに近い意見です。

BAD

△入りづらいと思うことがある→ノックは必須ではないので、気軽にドアを開けて来て下さい。  
△適当そうに見える→そう見えるところがあるかもしれませんが、医学的根拠に基づいて手当を行っています。  
△具合の悪いときに大きな声で話すのはやめて欲しい→先生たちも気をつけたいと思います。  
△夏休み中の部活でけがをして空いてなくて困った→保健室は空いていないことがあります。まずは、各部の顧問の先生に連絡して救急バッグ等で対応し、それでも対応できない場合は職員室の先生にお願いして下さい。  
△湿布を貼ってくれなかった→基本的に打撲や捻挫の処置は、最初は冷やして、炎症を抑えることが大切です。

他にも改善可能な部分は改善していきたいと思います。そして、皆さんの意見を反映していきたいと思います。



学校医 池野先生(池野内科クリニック 高柳町)  
学校歯科医 松井先生(松井歯科 西金沢)  
学校薬剤師 河村先生(金沢循環器病院勤務 田中町)

学校三師の先生方には検診などでお世話になります。他には心身の事に関して相談することも可能です。相談したい人は保健室にお願いします。



新2・3年生の未受診者には、  
3月に最後の視力の受診勧告書と歯科受診勧告書を配付しました！！

受診後の人は受診報告書を保健室に提出して下さい。提出されなければ、学校歯科医さんによる保健指導の対象となります。また、視力未受診者にも勧告書を再度渡すこととなります。



### まだまだつらいね 花粉症

- 外出時は花粉情報をチェック！マスク着用を忘れずに。
- 症状が辛いときは病院へ（耳鼻咽喉科・眼科）。
- 帰宅したら、衣類をブラッシング。そして手洗い、洗顔を！