

寺高 保健だより

よろしくお願
い
します！

学校医の先生

- 〈内科医〉 水毛生 直則先生
- 〈歯科医〉 菊地 司先生
- 〈薬剤師〉 安藤 京子先生
- ※検診でお世話になる先生
- 内科 永田先生
- 耳鼻科 酒野先生

保健室のスタッフ

- 保健体育科 小畠 敏和
- 養護教諭 西田 志伸

寺高生のみなさん、入学・進級おめでとうございます！！
ワクワク、ドキドキ、ソワソワ、あなたの心の状態はどうですか？新しい環境に慣れるまで、緊張で思っている以上に疲れやすくなっていると思います。夜はできるだけ早く寝て、回復に努めましょう。

午前中の半日乗り切るには、朝ごはんが必要です。翌朝は、必ず飲み物と食べ物をおなかに入れて学校に来てくださいね。

もし、家に帰ってから夕飯が食べられなかったり、逆に夜も眠れなかったり、調子がおかしいと感じたら、早めにおうちの人や先生に相談しましょう。



健康診断・はじまります

健康診断は自分の体や健康状態を知るチャンス
事前のお知らせをよく読んで
積極的に受けましょう





1年間、健康で安全に授業や行事、部活動などに取り組めるよう、健康状態を確かめるための大切な検診です。欠席しないで受けるようにしましょう。未受診の人は、後から受診料を払って、個人で受けてもらうことになるので、気をつけてくださいね。

定期健康診断の日程

対象学年	項目	実施予定
全学年	身体測定	4月15日(木)
	視力検査	
	聴力検査	
1・3年	尿検査	一次 4/22(木)、予備日 4/23(金) 二次 5/14(金)、予備日 6/1(火)
	内科検診	6/9(水) 3年、6/16(水) 2年 6/23(水) 1年
	歯科検診	4/20(火) 31・32H、4/23(金) 33・34H 5/11(火) 21・22H、5/14(金) 23・24H 6/1(火) 11・12H、6/8(火) 13・14H
1年	耳鼻科検診	6/10(木)
	結核検診	4/28(水)
	心臓検診	4/12(月)

保健室ってどんなところ？

<p>目的</p>  <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的 だいじょうぶ？</p>  <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p>  <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p>  <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p>  <p>継続的な手当ではできません。家でしてね</p>	<p>保健室を利用するときの約束</p>  <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p>注意</p>  <p>内服薬は出せません</p>
<p>ルール</p>  <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p>  <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p>  <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p>  <p>備品等に勝手に触らない</p>

知らないうちに、拡めちゃうから。



日本スポーツ振興センター災害共済給付金制度について

この制度は、学校の管理下（授業中・通常の経路による通学・部活動中・学校行事など）で発生した負傷・疾病・障害・死亡に対し、医療費・見舞金の給付を行うものです。療養に要した費用が5000円（健康保険3割負担で1500円）以上のものが対象になります。子ども医療費など公的助成と重複して受給することはできませんが、申請により1割が給付されます。

学校でのけがで医療機関にかかった時は、保健室まで知らせてください。受診から2年以内に申請しなかった場合、時効となるので注意してください。

学校から手続きに必要な書類を渡します。書類作成のため次のことがわかるようにしておいてください。

- 発生原因：いつ・どこで・何が・どのような状態になって・体のどの部分がどのようなになったか
- 処置：どんな応急手当をしたか、医療機関にいつかかったか、どのような診断・治療を受けたか