

保健だより

平成29年 4月10日
新年度スタート号
津幡高校保健室

保健室の利用について

- ① 保健室に入ったら、具合が悪い本人が自分で症状を話してください。
- ② 小さなケガや我慢できそうなときは休み時間に来るようにしましょう。
- ③ 保健室で行う処置は、あくまでも応急手当にとどまる範囲です。内服薬は、置いてありません。腹痛や月経痛、頭痛で薬を飲む人は、自分にあつた薬を携帯してください。持病等で、かかりつけの医療機関で薬を処方されている場合も、必ず携帯してください。病院受診を勧めることもあります。
- ④ ケガの手当ては初回のみです。継続しての手当てはしませんので、治療は病院または家庭で行ってください。
- ⑤ 休養している生徒がいる時は静かにすること。保健室での飲食は禁止です。
- ⑥ 保健室の身長計、体重計などは、自由に使用してもかまいませんが、使用時に一声掛けてください。
- ⑦ 健康に関する個人的な相談にも応じます。プライバシーは守りますので、気軽にどうぞ。
- ⑧ 健康に関する資料も提供します。



**保健室は、皆さんが自分で健康を保てるように応援していくところです。
マナーを守って有意義に利用してください。**

みんなの保健室 機能と役割を正しく理解して。。。!! ☆ルールを守って利用してください!!



年間保健行事計画

一年間の保健行事は以下のとおりです。健康診断は自分の体を知る大切な行事ですから、休まないようにしましょう。また、検尿の提出も忘れないでね!!



	対 象	日 時
身体計測・視力検査	全学年	4月14日(金) 3・4限
聴力検査	1・3年生	4月14日(金) 3・4限
尿検査	全学年	4月18日(火) 提出 17日配布
内科検診	全学年	4月19日(水) 午後 4月26日(水) 午後 5月10日(水) 午後 5月24日(水) 午後
結核検診	1年生	4月21日(金) 午前
歯科検診	全学年	4月25日(火) 午前 4月26日(水) 午前
心電図検査	1年生	4月27日(木) 午前
耳鼻科検診	1年生	6月6日(火) 午後
修学旅行前・マラソン大会健康診断	該当者	9月



学 校 医 木 嶋 保 先生
 学校歯科医 飯 利 邦 洋 先生
 学校薬剤師 西 島 宗 和 先生

学校の管理下におけるケガや病気について

学校の管理下（通学中、授業中、休み時間、部活動、学校行事など）において、起きたケガで医療機関にかかった場合は、独立行政法人 日本スポーツ振興センターより医療費の給付が受けられます。手続きは保健室で行いますが、病院で書いていただく書類がありますので、病院を受診したときは保健室に連絡してください。（対象になるのは金額など条件もありますが、目安は窓口での支払いが1500円以上のものです。）

わからないことがありましたら保健室までお気軽にどうぞ♪

新学期疲れにならないために。。。意識して心と体をリフレッシュさせて♡

<p>1日に数分でも好きなことをする</p> <p>ストレス解消!</p>	<p>いつでも笑顔で。とにかく笑ってみる</p> <p>笑う門には福来たる</p>	<p>ゆるめのお風呂にゆっくりつかう</p>	<p>生活のリズムをみださない</p> <p>朝食か...</p>
		<p>疲れがとれるよ♡</p>	<p>ポイント!</p>