

ほけんだより

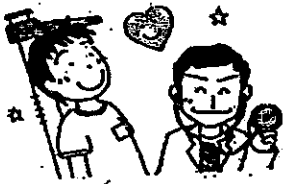
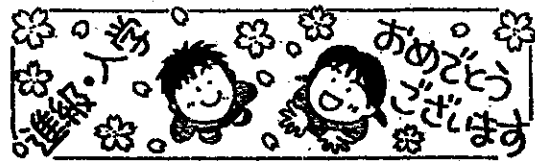
若商 4月号
2018.4.12

新しい生活のスタートです！

ドキドキ、ワクワク、ちょっぴり不安... いろいろな気持ちで迎えた
新学期だと思えます。

ついついほりほりすぎて 疲れちゃった... そんな時には一息ついて、
自分なりのペースでやってみましょう。

健康で元気に楽しい高校生活を
送れるようにお手伝いしていきます！



健康診断・はじめます



毎年同じこと... と思いがちですが、健康診断を受けることで自分の体の状態を
知ったり、病気を早期に見つけたり、さらには自分の体に関心を持ち、
健康を守ろうと考えるきっかけにもなります。意識して受けてください。

●検査項目及び日程●

検診前後には
元気にあいさつしよう。
「おねがいします!」
「ありがとうございます!」



4/13(金) 尿検査(全校生) 昇降口 不机上に提出 8:20まで

17(火) 身体測定(全校生) 1・2校時
内科検診(3年) 12:50~

18(水) 歯科検診(3年) 12:50~

20(金) 心電図・結核検診(1年) 8:40~
貧血(1年希望者)

24(火) 内科検診(2年) 12:50~

27(金) 尿検査②(未提出者、2次検査者) 保健室に提出

5/1(火) 内科検診(1年、未受診者) 13:00~

2(水) 歯科検診(2年) 13:10~

9(水) 歯科検診(1年、未受診者) 13:00~

10(木) 尿(最終回)



* 学年ごとに実施日が異なりますので、自分の日程を確認し、欠席するとの
ないようにしてください。欠席した際には、他の学年と合わせ、校医の医院を受ける
ことになります。

尿検査は 近隣の小中学校に持参してもらうこととなりますので、気を付けてください。

保健室利用のルール

みんなが気持ちよく利用できるよう、保健室の機能と役割を正しく理解してルールとマナーを守ってください。

<p>ケガをしたときの応急手当</p>	<p>体の調子がすぐれない だいじょうぶか?</p>	<p>体や健康について学びたい</p>	<p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>きのうのやっかえてー NG 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>必要などきに必要の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>内服薬は出せません</p>	
<p>先生にことわってから来る</p>		<p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>室内では静かに</p>

- ① 体調が悪く、保健室で休みたい時は、授業の先生か、担任の先生にことわってからきてください。
- ② 基本的に休養の時間は1時間です。休んでも体調が回復しない場合は早退し家で休んでください。
- ③ 保健室で内服薬はあげません。頭痛もちだったり、生理痛がひどいなどという人は自分で準備してください。
- ④ 当日のケガのみ対応します。翌日以降は家庭で処置してください。

検診・環境衛生でお世話になる学校医の先生



内科 長澤 由香先生 (吉田内科医院)
 歯科 長峯 岳司先生 (ながみね歯科医院)
 薬剤師 田中 政俊先生 (みずき薬局)

今年度も各種検診、環境検査、保健講話などいろいろな場面でお世話になります。

保健講話については2年生で長峯先生による歯の講話、3年生で田中先生による薬の講話があります。お楽しみに!!