

ほけんだより 4月

平成31年4月10日
 石川県立飯田高等学校
 保健室

入学・進級おめでとうございます！新生活への期待や不安、色々な感情でいっぱいの時期だと思います（私もときどきしています…！）。慣れない環境ではいつもよりエネルギーを使います。まずは、十分な「栄養」と「休養」をとり、ほっとできる時間を大切にしながら、徐々に今の環境に慣れていこうという気持ちで過ごしてみたいかかでしょうか😊（養護教諭 中野）



健康診断のお知らせ

健康診断は、自分の体調や生活について振り返るチャンスです！
 日程や注意事項等、事前に確認しておきましょう。

月日	時間	内容	対象学年	持ち物・注意事項	
4月	11日 (木)	6,7限	身体測定 (身長、体重、 視力、聴力)	全学年 *2年聴力なし	<ul style="list-style-type: none"> • 制服で行う（セーターは着ない、女子はベスト着用、タイツは履かない） • めがね、コンタクトレンズがある人は装着（忘れた場合は後日測定）
	12日 (金)	午前	結核検診 (胸部レントゲン)	1年	<ul style="list-style-type: none"> • 持ち物：体操服 • 朝のSHRまでに着替える
	16日 (火)	午後	歯科検診	2,3年	<ul style="list-style-type: none"> • 持ち物：歯ブラシ • 昼食後、丁寧に歯をみがく 
	19日 (金)			1年	
	22日 (月)	2~4限	心電図検査	1年	<ul style="list-style-type: none"> • 持ち物：体操服 • 朝のSHRまでに着替える
	23日 (火)	登校時	尿検査 (一次)	全学年	<ul style="list-style-type: none"> • 22日（月）、検尿容器配付 • 月経中の場合は提出せず、5月の尿検査（二次）まで容器を自分で保管する（提出しても再検査となります！）
	24日 (水)				
25日 (木)	6,7限	内科検診	3年	<ul style="list-style-type: none"> • 持ち物：体操服 • 昼休みに着替える 	
5月	16日 (木)	登校時	尿検査 (二次)	該当者 一次未提出者	<ul style="list-style-type: none"> • 該当者には前日までに連絡
	23日 (木)	6,7限	内科検診	2年	<ul style="list-style-type: none"> • 持ち物：体操服 • 昼休みに着替える
6月	6日 (木)	6,7限	内科検診	1年	<ul style="list-style-type: none"> • 持ち物：体操服 • 昼休みに着替える

お世話になる学校医の先生です



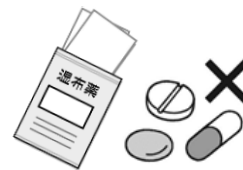
学校医・・・小西 堅正 先生（小西医院）
 学校歯科医・・・岡村 茂英 先生（岡村歯科医院）
 学校薬剤師・・・日吉 芳弥 先生（日吉薬局）

\\ 保健室利用時の約束 //

* 緊急時以外は休み時間、放課後に利用しましょう。

* 薬は使用しません！

保健室は病院ではないので、皆さんに薬を渡すことはできません。
痛み止め・目薬など、常備薬は日頃から持ち歩く習慣をつけましょう。



「湿布をください」という人がよくいますが、湿布は痛み止めの貼り薬（解熱鎮痛剤）です。
湿布も飲み薬同様、渡すことはできません…。

* 自分でできる処置は自分でしましょう。

けがをしたら保健室へ直行！ではなく、水で洗う等、自分でできる処置は自分で行いましょう。
ただし、処置の仕方が分からない場合は、放置せず、すぐに保健室へ来てください。

* 継続的に処置することはできません。

保健室では、基本的に学校生活中に起こったけがの応急処置を行います。
原則、絆創膏の貼り換え等はいりませんので、家でけがをした場合や
継続的な処置が必要な場合は、自分で処置用品を準備してください。



気になること・困ったこと等があれば、気軽に声をかけてください◎



日本スポーツ振興センターの「災害共済給付制度」について

学校生活中にけがをして医療機関（整形外科・接骨院等）を受診した際、日本スポーツ振興センターへ医療費の請求ができます。下記のうち、どちらもあてはまる場合は申請の対象となりますので、保健室へ報告し、申請に必要な書類を受け取ってください。



- ★授業中、休憩時間中、学校行事、部活動、登下校中等にけがをした
- ★医療費の合計が500点（自己負担額が1500円）以上だった



感染症による出席停止について



医師により「学校において予防すべき感染症」にかかったと診断された場合、出席停止扱いとなります。診断されたら、速やかに学校へ連絡し、「病欠届」・「領収書」・「薬剤指示書の写し」の提出をお願いします。

学校において予防すべき感染症

インフルエンザ、感染性胃腸炎（ノロウイルス等）、溶連菌感染症、百日咳、麻疹、風疹、流行性耳下腺炎、水痘 等

※「病欠届」は保護者の方に記入していただく書類です。医師の診断書は必要ありません。

※「病欠届」の様式は保健室、職員室にあります（本校HP→保健室ページから印刷可）。