

ほけんだより 4月

築館高校 保健室
No.1 H 29.4.7

新学期を迎えて、新しい生活への希望や不安など様々な感情が芽生えているのではないのでしょうか。

多くの方が新しい環境に慣れるまでは緊張したり、気を遣ったり…といつも以上に疲れが溜まることも多いのではないのでしょうか。疲れた時は、休み時間や自宅での過ごし方を工夫してみましょ。気分を良くするために自分の好きなことをしたり、少しゆったりと外を眺めるのもいいでしょう♪リラックスできる時間をつくり、新しい環境に徐々に慣れていきましょう。



保健室 ルールを守って使ってください



- 担任や教科の先生に断ってから利用しましょう。
- 休んでいる人がいるので静かにしてください。
- 飲み薬は原則渡していません。必要な人は各自用意しましょう。



- 入退室時には、ノックと挨拶をしましょう。
- 保健室の物を使用するときは、一声かけてください。
- 棚や冷蔵庫などは、勝手に開けないでください。

★日本スポーツ振興センター災害共済給付制度★

授業中や登下校中など、「学校管理下」でケガをして病院を受診した時は、日本スポーツ振興センター災害共済給付の対象となる場合がありますので保健室まで報告に来てください。

- 「学校管理下」のケガとは
授業中・休み時間・課外活動（部活動等）・登下校での負傷など。
- 給付が受けられるのは
初診から治療が終わるまでに、医療機関の窓口で 1,500円以上支払った場合
- 給付手続きは
該当する人は、まず保健室まで来てください。

★春休み中に部活動等でケガをして、病院で治療を受けた生徒は早めに申し出てください★



★健康診断が始まります★



今年も、健康診断の時期がやってきました！自分の体と向き合う1年に一度のチャンスです！健康状態を知るために必要な検診なので、しっかりと自覚を持って受けましょう。

月	日	曜日	健診項目	対象	場所	時間
4	14	金	身体測定	全学年	体育館 会議室 2年教室	5~6校時
	18	火	循環器検診	1学年	検診車 会議室	9:00~
			血液検査			
	19	水	尿検査	全学年	保健室へ 回収	8:50迄
			結核検診	1学年	検診車	13:30~
26	水	尿検査予備日	19日未提出者	保健室へ 提出	8:50迄	
5	10	水	歯科検診	3学年	保健室	13:00~
	17	水	耳鼻科検診	1学年	保健室	13:00~
				2,3学年有所見者		
	19	金	眼科検診	3学年	保健室	13:00~
				2年1~2組		
	24	水	歯科検診	2学年	保健室	13:00~
	25	木	内科検診	3学年	保健室	13:00~
26	金	眼科検診	1学年	保健室	13:00~	
			2年3~4組			
31	水	歯科検診	1学年	保健室	13:00~	
6	1	木	内科検診	2学年	保健室	13:00~
	29	木	内科検診	1学年	保健室	13:00~
7	未定		色覚検査	全学年希望者	会議室	昼休み・放課後



養護教諭の「佐藤史子」・「佐藤春香」です。
築高の保健室では、みなさんが元気の学校生活が過ごせるように、健康に関するホットなニュースや情報を伝え、一緒に考えていこうと思います。1年間よろしくお願ひします。

