



4月の保健目標

健康診断を受け、自分の健康状況を把握しよう

伊具高校 保健室
2023.4.10



入学・進級おめでとうございます

新学期が始まりました。新しい環境になり、緊張している人もいるかもしれません。少しずつ慣れていきましょう。何か困ったことがあれば、気軽に相談してください。今年度も皆さんと一緒に心と体の健康づくりをしていきたいと思ひます。

保健室のルールについて



- ① 保健室は、原則としてケガや緊急時のみ利用できます。

利用時には、授業の先生に直接自分で連絡をしてから保健室へきてください。

- ② 保健室での処置は、**初回のみ**です。

保健室利用後は自分で管理するか、必要時は病院を受診するようにしましょう。

- ③ 保健室では、内服薬をあげることはできません。 **必要な薬は自分で準備しましょう。**

- ④ 保健室は、**飲食禁止**、**スマホや携帯電話などの使用は禁止**です。



- ⑤ みんなが使う保健室です。周りの人のことを考え、マナーを守りましょう。

保健厚生部の先生方紹介

部長 持田 敦子先生
幕田 隼也先生
渋谷 理子先生
小川 拓 先生
養護 阿部 幸子



*養護教諭不在の時には、上記の他の先生のところへ。

○スクールカウンセラー (SC)

竹内 純子先生 年24回来校

○4/17
22

○スクールソーシャルワーカー (SSW)

佐藤 美香先生 年18回来校

○4/26

○学校生活適応支援員

荒 茂美先生

日時等は後日連絡します。

掲示物等もみてください。

皆さんの学校生活をサポートして
くれます！



春休みの生活リズムの修正を早めに・・・



♥新学期は、心もからだも疲労が溜まりやすいもの。早めの休息を心がけましょう!♥

健康診断が始まります☆

4月の予定

検査項目	日時・場所	対象者	実施方法・連絡事項
身体測定 身長・体重・視力・聴力 血圧 色覚検査 ※2年次希望者のみ	4月13日(木) 3・4校時 各教室, 体育館等	全年次	- 運動着を着用し, 測定時は<u>半袖・ハーフパンツ・裸足</u>で測定します。 - 視力検査の際, <u>清潔なハンカチ</u>を持参してください。 - メガネの人は, <u>忘れずに持ってきてください。</u> - 全校生徒の<u>血圧を測定します。</u>
結核検診 (胸部レントゲン検査)	4月17日(金) 5校時 検診車	1年次 昨年度の 未検者	<u>無地のTシャツ</u>を着用してください。 (ボタン, 刺しゅう, 柄物, 襟付きは禁止) - 女子は下着をはずすため, 透けないTシャツを着用してください。 - 髪が長い人は結んでください。
尿検査	4月20日(木) 21日(金) 各家庭にて採尿	全年次	19日(水)に容器を配布します。 <u>20日(木)朝のSHRで回収します。</u> 忘れた人は, 翌日に保健室へ提出してください。 <u>前日の夜は, ビタミンC, ジュース類を飲まないようにしてください。</u> - 事情があって提出できない生徒(生理中など)は担任または保健室まで連絡してください。*次回は4/27(木)回収
内科検診 運動器検診	4月19日(水) 5校時 保健室	3年次	- 運動着を着用してください。 - 校医の指示に従って検査を受けてください。 ※1年次は5/17(水), 2年次は5/31(水)に実施します。
循環器検診 (心電図・心音図)	4月21日(金) 5校時 検診車	1年次	<u>必ず運動着を着用してください。(制服×)</u> <u>検診時はタイツ禁止です。</u> - 検診車の中では, 係員に従って検査を受けてください。
歯科検診	5月9日(火) 5校時 保健室	2年次	- 昼食後に歯を磨いてください。 - 感染症予防のため, 歯磨きは人との距離を保ち, 1人で速やかに済ませましょう。 ※3年次は5/23(火), 1年次は5/30(火)に実施します。

○耳鼻科検診(1年次のみ) 5月18日(木) ○眼科検診 6月7日(水)に実施されます。

お世話になる校医の先生方

内科校医	山本 政秀 先生	(丸森・山本医院)
歯科校医	谷津 徳男 先生	(丸森・谷津歯科医院)
眼科校医	油井 秀夫 先生	(角田・油井眼科医院)
耳鼻科校医	大久 俊和 先生	(大河原・大河原耳鼻咽喉科クリニック)
学校薬剤師	北岡 進二 先生	(サイカ薬局 大館店)

