

ほけんだより4月

令和8年4月6日
白鳳中学校 保健室



◎具合が悪くなったときは、まず、職員室へ行きましょう

担任か学年担当の先生に申し出て、症状等を伝えましょう。保健室来室の際は、「保健室来室カード」に記入してもらい、それを持って保健室に来てください。

- ★こんな時は、直接保健室へ来てください
- ・すぐに手当が必要なケガをした時
 - ・歩くのも困難なほど調子が悪い時

保健室に先生がいないときは、すぐ職員室へ!

◎入室・退室時はあいさつをしましょう

保健室へ入るときはノックをして「失礼します」、退室するときには「失礼しました」とあいさつを心がけましょう。



◎保健室では静かにしましょう

ドアが閉まっているときは、ノックをして静かにドアを開けてください。大声で話したり、ふざけたりしないようにしましょう。具合の悪い人や他の人に対して思いやりを持ち、「静かな保健室」を作る協力をお願いします。

◎保健室での休養は、1時間程度とします

休養、経過観察をして、早退するか教室に戻れるかを判断します。

◎保健室には、飲み薬を準備していません

常備薬のある人は、各自準備しておいてください。緊急時に備えて、コンタクトレンズの備品、生理用品、マスク等も各自で準備しておきましょう。

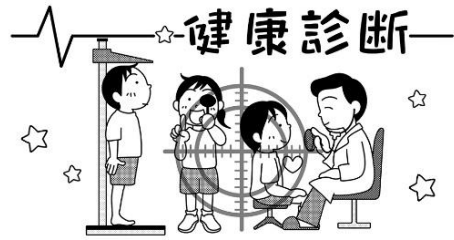


◎使ったもの、借りたものは返却しましょう

◎家の人にも、保健室に行ったことを伝えましょう



ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい1年がスタートしました。どんな気持ちで過ごしていますか?ワクワクでいっぱいの人もいれば、環境が変わって不安を覚えている人、あるいは両方の気持ちの間で揺れ動いている人、様々だと思います。緊張している人は、一度深呼吸をして、「笑顔」を意識してみましょう。穏やかで明るい気持ちで春を過ごせたら良いですね。とはいえ、新しい環境は、思った以上に心身の疲れを呼びます。無理のないように、気負わずに過ごして下さい。よく食べて、よく寝て…、自分のペースを見失わないようにして下さいね。



自分の体や健康の状態を知る大切な機会です。関心を持って、積極的に受けましょう!人と比べるのではなく、過去の自分の結果と比べて「変化」に着目するのがポイントです。視力の低下や、疾病・異常の疑いが見つかった場合は、早めに受診するようにしましょう。

自分のカラダに ロックオン!

身体測定、 視力・聴力検査	4/13(月) 眼鏡を忘れずに!	全学年
心電図検査	4月27日(月)	1年生
歯科検診	6月11日(木)	全学年
内科検診 (結核検診、 運動器検診 を含みます。)	5月12日(火) 5月14日(木) 5月26日(火) 5月28日(木)	3年生 3年生 1年生 1年生
尿検査	未定 (決まり次第 お知らせします。)	全学年
色覚検査	2学期に実施予定	1年生希望者



学校医の先生を紹介します

- 増田 安政 先生 (学校医)
- 吉川 義朗 先生 (学校医)
- 福長 幹洋 先生 (学校歯科医)
- 三輪 勝彦 先生 (学校歯科医)
- 仁尾 馨 先生 (学校薬剤師)

保健室の ^{はまだ}濱田 ^{あやの}綾乃です!

みなさんが、笑顔で元気に学校生活を送れるよう、心と体の両面からサポートします。気軽に話しかけてください。よろしくお願いします!



学校(園)又は通学(園)中にケガをした時の手続き方法

災害共済給付制度についての動画も作成しています!

2分でわかる「災害共済給付制度」ってどんな制度?



●一ヶ月あたり500点以上の診療が対象です。

●市の医療費助成制度を使用した場合も給付対象です。(ただし調整がされます。)

●請求は2年以内です。
※気になることがあれば保健室までお問い合わせください。

動画は、JSCホームページの「保護者の方へ」ページからもご覧いただけます。