

ほけんだより 4月号

と だ しょうようこうこう
戸田翔陽高校

れい わ ねん
令和7年

ほ けんしつ
保健室



にゅうがく しんきゅう

入学・進級おめでとうございます!!

この「ほけんだより」は、保健室から皆さんへのお手紙です。毎日元気だから読まなくても大丈夫!」と思った人もいるかもしれません。「いま」元

なことはもちろん、「これから」の体と心の健康も大切にしましょう。ずっと元気であるために知ってほしいことをお届けしたいと思います。楽しみにして
いてくださいね。



ほけんしつ たんとう しのはら すぎき
保健室を担当します、篠原と杉木です。

ねが
よろしく願います!



ほけんしつ つか かた

保健室の使い方について

こんなときは保健室へ



けがをした



ぐあいがわるい



なやみがある



こころ からだ し
心や体を知りたい



からだ のようすを知りたい



ふく よご
服が汚れた

みんなで守ろう

保健室の約束

- ・ 利用は原則 **授業一時限分**まで・ 保健室は土足禁止
- ・ スマホ等の使用禁止
- ・ 食事禁止
- ・ 借りたものはすぐに返すこと
- ・ 静かに利用すること(他に利用している人もいます)
- ・ 荷物を全て持参して、来室する(早退の可能性があるので)

* 保健室で出来るのは、最初の応急手当です。体調不良や体の痛みなどが続く場合は、病院で診察や検査を受けてください。

絆創膏や湿布の貼り直し等も、家で行ってください。

* 2号館女子トイレの手洗い場に、生理用ナプキンを設置しています。どうしても必要な場合に使用してください。使用状況が悪い場合は、撤去します。

* 保健室で薬を渡すことはできません。副作用が出たり、アレルギーを起こしたりする可能性があるからです。普段から飲んでいる薬がある人は、

各自で持ってきてください。予備も持ち歩くと安心ですね

学校でケガをした時は、災害共済給付制度を利用できます

スポーツ振興センター災害共済給付制度に関わる書類は、保健室でお渡しすることができます。QRコード(本校HP)よりダウンロード。

印刷も可能です。記入後は、保健室にご提出ください。何かご不明な点等ございましたら、お気軽に保健室までお尋ねください。



※昨年から子ども医療助成制度が始まり、18歳未満の医療費が無料となりましたが、スポーツ振興センターの給付制度との併用はできません。

学校の管理下でケガをした場合は、窓口で保険証を使用して支払いをし、スポーツ振興センターの申請をしてください。

れい わ ねん ど けんこうしんだん
令和7年度 健康診断スケジュール

ひづけ 日付	こうもく 項目	かくにんじこう 確認事項
4/10(木)	がん かけんしん ねんじ 眼科検診(1年次 +2~4年次対象者)	<ul style="list-style-type: none"> せいふく どうこう 制服で登校します。 し かけんしん まえ はみが す 歯科健診の前に、歯磨きを済ませましょう。 メガネ・コンタクトレンズを着用している人は、当日 必ず着けてき ましょう。 けっせき ばあい じぶん びょういん い けんしん う 欠席する場合、自分で病院へ行って健診を受けてもらうことも あるため、必ず受けてください。
	ない かけんしん 内科検診	
	し かけんしん 歯科健診	
	しんたいそくてい 身体測定	
	しりよくけんさ 視力検査	
	ちょうりよくけんさ ねんじいがい 聴力検査(2年次以外)	
4/11(金)	しんぞうけんしん ぜんねんじ けっかくけんしん ねんじ 心臓検診(全年次) / 結核検診(1年次のみ)	<ul style="list-style-type: none"> ねんじ せいふく なか たいそうぎ き どうこう 1年次は、制服の中に体操着を着て登校します。 2~4年次は、体操着・ジャージで登校します。
	ねんじ ぶ 1年次 I・III部 +2~4年次対象者	
4/25(金)	ねんじ ぶ 1年次 II部	<ul style="list-style-type: none"> かみ なが も 髪が長い人は、ヘアゴムを持ってきました。
4/22(火)	にょうけんさ 尿検査	<ul style="list-style-type: none"> せいりちゅう ばあい たんぱくによう どうによう て かのおせい 生理中の場合でも、蛋白尿や糖尿が出る可能性があるので、 必ず提出してください。 ど ていしゅつ じっぴ けんさ う ひつよう 1度も提出できないと、実費で検査を受ける必要があります。
4/23(水)		
5/14(水)	にょうけんさ じ 尿検査2次	<ul style="list-style-type: none"> 4/11に受診できなかった人は、必ず受けてください。 体育の授業に影響します。
5/22(木)	けっせきしゃたいしやうない かけんしん しんぞうけんしん 欠席者対象内科検診・心臓検診	

ないか しんぞう きょうぶ せんけんしん じ どう はいりよ
内科・心臓・胸部X線検診時のプライバシー等への配慮について

- ない かけんしん とき たいそうぎ ちやくよう ちょうしんなど おこな したぎ ぬ ひつよう
内科検診の時は、体操着を着用したまま聴診等を行います。下着を脱ぐ必要はありません。
- しんおん き と ばあい ちやくせつはだ ちょうしんき あ はだ ろしゅつ さいしやうげん ほうほう おこな
心音が聞き取りづらい場合は、直接肌に聴診器を当てることもありますが、肌の露出を最小限とした方法で行います。
- しんぞうけんしん せんけんしん したぎなど ぬ けんさ おこな いどうじ うわぎ はお ふひつよう ろしゅつ
心臓検診やX線検診では、下着等を脱いでの検査を行います。移動時に上着を羽織らせるなど、不必要な露出がないようにします。
- だんじよども こべつ かくほ しゅうい み はいりよ
男女共に個別のスペースを確保し、周囲から見えないように配慮します。
- どうせい きやういん きろくおよびほじよ たんとう
同性の教員が、記録及び補助を担当します。

けんこうしんだん ご しよけん ばあい けっか
健康診断後、所見があった場合は結果を
わた さい すみ いりようきかん じゅしん ねが
お渡します。その際は、できるだけ速やかに医療機関を受診するようお願いいたします。

