

ほけんだより 4月

愛知高校保健室
2023年4月6日

入学・進級おめでとうございます。新しい環境にワクワクする気持ちと、不安な気持ちが入り混じる時期かと思えます。頑張ろうとする気持ちは大切ですが、頑張りすぎて疲れてしまわないようにガス抜きしてくださいね。今年度の保健室は田中・井戸田・鎌倉が皆さんの心身をサポートします。よろしくお祈りします。



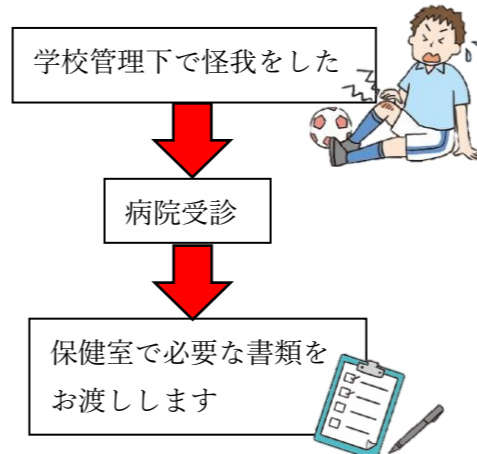
健康診断日程

検査日	対象者	健康診断項目	持ち物
4/13(木) 4/21(金)	全学年	尿検査	・採取した早朝尿 (1回目に生理中の方は2回目に提出)
4/17(月)	高2	内科歯科検診 身体測定(身長・体重・視力) ※運動部心電図該当者	・健康診断受診票・問診票(1枚) ・歯科健康診断票(1枚) ・体操服 ・メガネ(持っている人)
4/18(火)	高3	内科歯科検診 身体測定(身長・体重・視力・聴力) ※運動部心電図該当者	・健康診断受診票・問診票(1枚) ・歯科健康診断票(1枚) ・体操服 ・メガネ(持っている人)
4/20(木)	高1	内科歯科検診 身体測定(身長・体重・視力・聴力) 心電図 胸部レントゲン	・健康診断受診票・問診票(1枚) ・歯科健康診断票(1枚) ・体操服 ※女子は長袖(上)のジャージも必要 ・メガネ(持っている人)
5/12(金)	未受検者 再検査者	内科歯科検診 身体測定(身長・体重・視力・聴力) 心電図(2,3年生は運動部のみ) 胸部レントゲン(高1のみ) 尿検査	※後日お知らせします



災害給付金について(日本スポーツ振興センター)

- ・詳細は、新入生の手引きをご覧ください。
- ・書類は保健室にあります。申請する場合は生徒本人が保健室まで取りに来てください。「医療等の状況」に関しては日本スポーツ振興センターのホームページからもダウンロードできます。



給付対象や条件

- ・授業や部活動、登下校など学校管理下での怪我であること
- ・初診から治癒までの医療費総額が5,000円以上(健康保険証を使った際の本人負担分が1,500円以上)であること
- ※上記の条件を満たした上で、こども医療費助成制度など公費負担医療制度を利用した場合も給付対象となります。



※怪我だけではなく、熱中症等の疾病も給付の対象となることがあります。一度保健室までお知らせください。



保健室の利用について

保健室は、本館2階にあります。怪我をしてしまったとき、悩みがあるとき、体調が優れないときなどに利用してください。保健室で休養するときは、**担任の先生と次の授業の先生に自分で直接伝えてから入室**しましょう。皆さんが健康な状態で学校生活を送れるようにサポートします。

怪我の手当て

大したことないかな?と
思っても一度保健室へ!



相談

不安や悩みがあるときは
相談に乗ります。

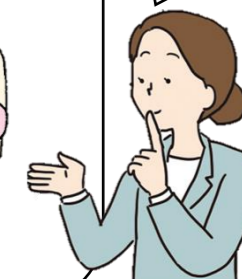


一時的な休養

体調が優れないとき、原則
1時間の休養ができます。



保健室では静かに
過ごしましょう!



他にも...

身体の状態が知りたいとき

数人で来るときは小さめの声で!



薬は自分のものを持ってくるように!

保健室からは渡すことができません。



心と体の健康が



楽しい学校生活の基本です。

参照「健康教室イラスト」

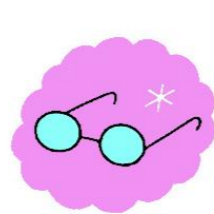
健康診断の前に注意してほしいこと



お風呂に入って清潔に
耳垢や爪もチェック!



早く寝て体調を整えよう
朝食を食べよう



メガネやコンタクトなど
検査に使うものを忘れずに



目や耳にかかる髪は
まとめたり留めたりしよう