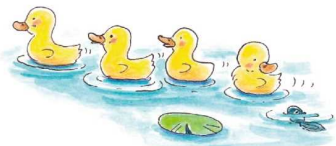


保健だより



平成 29 年 4 月 10 日 釜高保健室 No.1



入学・進級おめでとう

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。1年生のみなさんは何もかもが新しいことだらけで、ワクワクとドキドキで毎日が大変だと思います。“焦らず”“少しずつ”慣れていってください。2、3年生も新しい環境で少し緊張があるかもしれませんが、バタバタといういろいろなことが起こる新学期はとても忙しいですが、ホッとできる時間も大切にしてくださいね。



養護教諭の 佐倉のぞみ です。みなさんが健康に、安全に学校生活を送れるよう、心とからだのサポートをします。今年も1年よろしく申し上げます！

こんなときは保健室に来てください



体調が悪く、一時的に休憩したいとき

1時間(1コマ)休養することができます。ただし、授業中に保健室を利用すると、欠課となります。休養しても授業に参加できない場合は早退になります。寝不足の解消には利用しないですね！



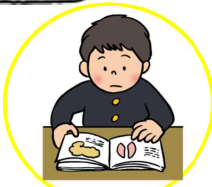
ケガをしたとき

ケガをした初回のみ、応急手当をします。でも、治療は病院でしてもらってください。湿布や絆創膏の取り替えは、ご家庭でお願いします。



何か相談したいことがあるとき

保健室で話したいと思ったら、どんなことでも話にきてください。前もって予約をしなくても大丈夫ですよ。でも、授業をサポートしに来るのは禁止です！



健康のことで知りたいことがあるとき

わかることならお答えします。一緒に本で調べることができます。自分自身の健康について課題意識を持つことは、生涯に渡って健康に生きるためにとても大切なことです。

学校では飲み薬は出しません

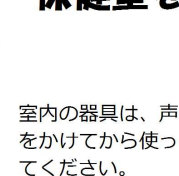
「頭痛いから、薬をください」と言って保健室を訪れる人がいますが、学校では飲み薬を出すことはありません。緊急時に備えて、かかりつけ医の処方があるときは、各自で学校に持ってきてください。冷所保管が必要だったり、自分で管理するのが難しかったりする場合などは、保護者に預かり書を提出してもらって保健室であずかることも可能です。詳しくは直接相談にきてください。



保健室を利用するときは



なるべく、担任の先生、もしくは教科担任の先生に断ってから来てください。



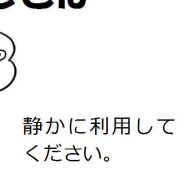
室内の器具は、声をかけてから使ってください。



使っていますか?



いつ、どこで、何をしていたら、どこが、どのようになったのかを伝えてください。



静かに利用してください。



来室したら、まず問診票を書きましょう。



来室したら、まず問診票を書きましょう。

保護者の方へ

●日本スポーツ振興センター給付金、

岩手県学校安全互助会の請求について

学校生活の中でけがをして受診すると、災害給付金の請求ができます。

- 授業中、休憩中、学校行事、部活動中、登下校中のけがなど
- 窓口での支払い合計が1,500円以上(自己負担3割で)

この2点が請求の条件です。

入学手続き時に同意書を提出していただいております。一人あたり年間1,510円の掛け金で加入しています。病院や薬局に書類の提出がありますので、学校でのケガに対して病院を受診した場合は、速やかに担任、または部顧問にお知らせください。受診する前に直接養護教諭に連絡をいただいてもかまいません。受診する日に合わせて書類の準備をいたします。

申請から給付まで数ヶ月かかります。ご了承くださいませようお願い申し上げます。

日本スポーツ振興センターで給付が下りた後、通院を7日以上、もしくは入院を5日以上していた場合、さらに岩手県学校安全互助会から給付を受けられます。その場合、請求の準備が整い次第ご連絡いたします。

●学校感染症について

病院で「学校感染症」と診断されたら、学校までお知らせください。出席停止となります。

出席停止となった場合、「出席停止期間届」に「医療機関の領収証」「調剤証明書」を添えて提出していただけます。まずは、欠席する際に学校に連絡をしていただき、担任から説明を受けるようお願いいたします。

学校感染症

インフルエンザ、百日咳、麻疹、流行性耳下腺炎、風しん、水痘、咽頭結膜熱、結核、髄膜炎菌性髄膜炎、コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、 など

※上記にないもので、医師から出席停止するよう指示を受けたもの、出席停止となるか判断がつかないものに関しては、一度学校へご連絡ください。



平成 29 年度 健康診断日程



- 一年に一度だけの検診・検査です。欠席・遅刻・早退をせず、必ず受けてください。
(検診・検査を受けられなかった場合は、個人的に受診していただく場合があります)
- 再検査や治療など受診が必要な場合は連絡しますので、早期に病院を受診してください。
- 検診・検査の結果、受診の必要が無い場合は、7月の三者面談時に全ての結果
- 日程表の「受け方・持ち物・注意事項」を読んでおいてください。
- 特に休み明け月曜日の健診は忘れがちです。事前に日程を確認してください



項目	実施日時	場所	対象者	担当	受け方・持ち物・注意事項
身体測定	4月10日(月) 10:40~ 12:30	各HR 第1体育館 (中会議室) (物理室)	全学年	本校職員	・身長・体重・座高・視力・聴力 ・制服のまま測定する(女子は1kg 男子は1.5kg引いた値を記入する) ・メガネ・コンタクトレンズを使っている人 は使用した状態で視力をはかるので、 必ず持ってくる。
尿検査 一次	4月12日(水) 登校時	コミュニティー ホール	全学年	岩手県 予防医学協会	・前日のSHRで容器を受け取り、 当日の朝自宅で尿を取る。 ・生理中の女子は、採尿容器の底に油 性ペンで○印をつける。
歯科検診①	4月14日(金) 13:15~	中会議室	3学年	学校歯科医 遠藤歯科医院 遠藤秀則先生	・昼食後、丁寧に歯をみがく。 (歯ブラシを持ってくる)
耳鼻科検診①	4月19日(水) 13:00~	中会議室	1学年	学校医(耳鼻科) 堀耳鼻咽喉科 眼科医院 堀晃先生	・耳あかを取っておく。鼻をかんでおく。 ・ 右耳→左耳→鼻→のど の順に受診する ・髪の毛が耳にかからないように準備する
心臓検診 一次	4月20日(木) 9:00~	コミュニティー ホール 中会議室	1学年のみ	岩手県 予防医学協会	・ジャージ上を持ってくる ・コミュニティーホールで問診と血圧測 定を受け、中会議室で心電図検査を 受ける。
貧血検査	4月21日(金) 8:50~	コミュニティー ホール	全学年	岩手県 予防医学協会	・男子はYシャツになって検査を受ける。 女子は腕まくりをする。
結核検診 (胸部X線)		検診車	1学年のみ	岩手県 予防医学協会	・ジャージ上、体操服(学校指定)を 持ってくる
運動部 内科検診	4月21日(金) 16:00~	県立釜石病院	野球部 (全学年) ボクシング部 (2・3学年)	学校医 川上幹夫先生	・野球部は保健調査票を、ボクシング部 は選手手帳を持っていく。 ・7校時欠で歩いて釜石病院に行く。

耳鼻科検診②	4月26日(水) 14:30~	中会議室	2学年 (前年度 有所見者)	学校医(耳鼻科) 堀耳鼻咽喉科 眼科医院 堀晃先生	・耳あかを取っておく。鼻をかんでおく。 ・ 右耳→左耳→鼻→のど の順に受診する ・髪の毛が耳にかからないように準備する、
尿検査 二次	4月28日(金) 登校時	保健室	一次有所見者 一次未提出者	岩手県 予防医学協会	・前日のSHRで容器を受け取り、 当日の朝自宅で尿を取る。 ・生理中の女子は、採尿容器の底に油 性ペンで○印をつける。
歯科検診②	4月28日(金) 13:15~	中会議室	2学年	学校歯科医 遠藤歯科医院 遠藤秀則先生	・昼食後、丁寧に歯をみがく (歯ブラシを持ってくる)
眼科検診	5月2日(火) 15:00~	中会議室	全学年	学校医(眼科) せいてつ 記念病院 小笠原聡先生	・コンタクトレンズの人は付けたまま受診 ・前髪が目にかからないようにピンなどで とめておく
耳鼻科検診③	5月10日(水) 13:00~	中会議室	3学年	学校医(耳鼻科) 堀耳鼻咽喉科 眼科医院 堀晃先生	・耳あかを取っておく。鼻をかんでおく。 ・ 右耳→左耳→鼻→のど の順に受診する ・髪の毛が耳にかからないように準備する
歯科検診③	5月15日(月) 13:15~	中会議室	1学年	学校歯科医 遠藤歯科医院 遠藤秀則先生	・昼食後、丁寧に歯をみがく (歯ブラシを持ってくる)
心臓検診 二次	5月24日(水) (時間は未定)	保健室	一次有所見者 一次未受検者	岩手県 予防医学協会	・ジャージ上を持ってくる。 ・コミュニティーホールで問診と血圧測定、 中会議室で心電図検査を受ける
内科検診①	月 日() (日時は未定) ※決まり次第連絡します	中会議室	全学年 (学年毎に 3日に分けて 行います)	学校医 県立釜石病院 川上幹夫先生	・運動器健診も含めて行う。 ・健康診断の総合評価を行う (体操服・ジャージ上を持ってくる)

★健康診断は、みなさんが健康に、安全に学校生活を送るために必要なことであり、また、自分の健康について知ること、考えることは、生涯に渡って必要なことです。この機会に自分の体を見直してみましょう。健康診断の実施は法律により定められています(学校保健安全法第13条)。

● 定期健康診断の結果のお知らせを受けたら ● 生徒のみなさん、保護者の皆様へ

各種健康診断が終わったら、受診が必要な生徒に「治療勧告書」を配布します。配布されない場合は、受診の必要がないということになります。「治療勧告書」が配布されましたら、早めに医療機関を受診し、「結果通知書」を保健室までご提出ください。生徒のみなさんは課外や部活に忙しい生活を送っていることと思いますが、すべて健康あつてのことですので、受診についてご家庭でお話してください。

なお、7月の三者面談時に、すべての健康診断結果をまとめたものを配布します。

健康は富に勝る *It is health that is real wealth and not pieces of gold and silver.*

巨万の富を築いても健康でなければ意味がない。 マハトマ・ガンジー

健康は何にも変えることのできない大切なものです!

