

# ほけんだより



第1号

宮古商業高校保健室

平成30年4月16日(月)発行

## 新学期が始まりました！

2・3年生は今月6日から、1年生は7日から、新しい1年がスタートしました。1年生は新しい生活に緊張感のある毎日を送っていることと思います。2・3年生はクラス替えもなく、あまり新鮮味は感じていないでしょうか？新学期はたくさん行事もありますので、みなさん元気にいきましょう！気がつかないうちに疲れがたまっていることもありますから、自分の体調にもしっかり目を向けてあげてくださいね。

## 今年度の健康診断です

日にち	項目	時間(予定)	場所	対象	その他
4月11日(水)	身体測定 聴力検査 視力検査 色覚検査 健康状態の間き取り			全学年 1、3年生 全学年 3年生希望者 全学年対象者	ジャージ持参 (1年生は中学校のジャージ)
4月13日(金)	心臓検診		会議室・保健室	1年生	
4月17日(火)	眼科検診	10:00~11:00	保健室	全学年	
4月19日(木)	歯科検診①	8:50~	保健室	2年生	歯磨きしっかり！
4月24日(火)	貧血検査			全学年	
4月25日(水)	尿検査	8:50までに回収		全学年	
5月1日(火)	胸部X線間接撮影		保健室前検診車	1年生	
5月9日(水)	歯科検診②	8:50~	保健室	1年生	歯磨きしっかり！
5月11日(金)	心臓検診二次	未定	未定	1年生対象者	
5月16日(水)	尿検査②		保健室	全学年対象者	
5月17日(木)	歯科検診③	8:50~	保健室	3年生	歯磨きしっかり！
5月17日(木)	耳鼻科検診	14:30頃~	保健室	1年生	事前調査あり。
6月19日(火)	内科検診①	13:00~	保健室	3年生、2-2、 2-4	ジャージ持参 (詳細は後日連絡 します)
6月26日(火)	内科検診②	13:00~	保健室	1年生、2-1、 2-3	



病院の先生や看護師さん、予防医学協会さんが  
お忙しい中、みなさんの健康診断をさせていただきます。

しっかり連絡を聞いて、忘れ物なく、  
スムーズな進行にご協力をお願いします。

# 最初に確認！「保健室の利用ルール」

## ◎休養は原則1時間

保健室は一時的な休息の場です。事情がある場合は相談してください。

## ◎必ず、先生に断ってから

担任・授業の先生に保健室へ行くことを伝えましょう。姿が見えないと心配しますので、戻ってもらいます。

## ◎自分の言葉で伝えること

職員室へ入るときと一緒に来室したら、名前と理由・どうしたいかを教えてください。

## ◎薬はあげられません。

副作用やアレルギー事故防止のため、飲み慣れた薬を持参しましょう。また、友達同士の薬の貸し借りは絶対にやめてください。命に関わります。

## ◎必要に応じて受診を

保健室はあくまで応急処置の場で、治療はできません。回復・改善しない場合は、病院での処置を受けてください。

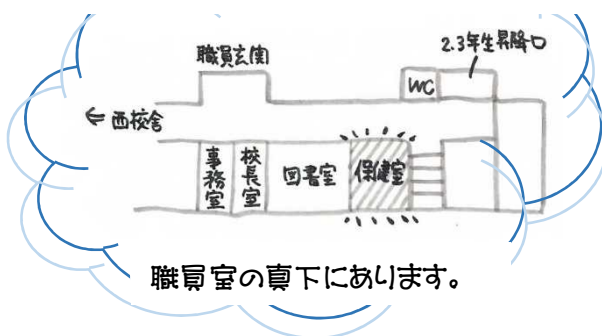
## ◎保健室で見たこと、

聞いたことは忘れる保健室で誰かの話が聞こえてしまうこともあるかもしれません。個人情報絶対に口外しないこと。



ルールを守って、  
みんなが利用しやすい  
保健室にしましょう。  
もちろん、用事がなくても  
気軽に利用してくださいね

1年生のみなさん！保健室はここです！



## 最後になりましたが…よろしくお願いします！

今年度お世話になる学校医の先生方です。

内科：松井 忠宣 先生	松井内科医院(新町4-31)
耳鼻科：吉田 幹夫 先生	吉田耳鼻咽喉科医院(盛岡市本宮2-39-1)
眼科：山下由紀子 先生	山下眼科医院(栄町1-14)
歯科：松山 光男 先生	松山歯科医院(磯鶏沖9-34)
薬剤師：池田 睦 先生	山田調剤薬局(山田町飯岡第1地割21-2)

### 養護教諭(保健室の先生)の

ながあかしき  
長岡千咲です❀

(3学年付 JRC・IAC 同好会)  
宮商2年目になります。みなさんの元気を支えられるように頑張ります！みなさんとは年齢も近いので、気軽に話しかけてくださいね。

### 校内の保健衛生活動を担当する先生方です。

岡田孝司 先生  
(3-1副 サッカー部)  
木村光里 先生  
(1-4正 ヨット部)  
大向 遼 先生  
(3学年付 バスケット部)

