

保健だより



愛媛県立
松山西中等教育学校
R 8. 4. 8

ワクワク新生活



入学・進級 おめでとうございます

新しい一年の始まりです。新しいクラス、新しい友だち、新しい先生…いろんな「新しい」がたくさんある4月ですね。これまでの出会いもこれからの出会いも大切に、元気で楽しい一年にしましょう。保健室からも応援しています。

養護教諭の紹介

泉 志保（主に前期課程担当）

みなさんの心と体の健康について、一緒に考え、悩み、取り組んでいきたいと思ひます。

宮野 利香（主に後期課程担当）

自分の健康は自分で守れるよう、健康意識を高めて学校生活を送りましょう。

学校医の先生方の紹介

内科：加藤 尚子 先生

眼科：眞田 洋 先生

歯科：村上さやか 先生

薬剤師：金崎 朝美 先生

健康診断や、学校の環境衛生の管理等でお世話になります。



★ 保健室を利用するときは ★

保健室は、心と体を休める場所であり、心身の健康づくりのサポートをするところです。お互いに気持ちよく利用できるように、ルールを守りましょう。

- ① **来室の目的や症状**を、自分ではっきり言いましょう。
- ② 保健室に来るときは、必ず**教員や保健委員に伝えてから**来ましょう。
- ③ なるべく休み時間に利用しましょう。保健室で休養すると、**授業は欠課**になります。



けがをしたとき

擦り傷・切り傷などは流水で洗うなど、できるところまで自分で処置をしてから、保健室に来てください。

体調が悪いとき

一時的に保健室のベッド等で休養できます（**原則1時間**）。少し休んでも体調が戻らない場合は、保護者の方に連絡して早退します。



悩みや困りごとがあるとき

体や心の悩み・心配なことだけでなく、友人関係や進路のことなど、「保健室とは直接関係ないかも…」ということでもOK。気軽に話してください。



本校の保健室は



第2教棟1階 にあります



皆さんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。しっかりと自覚を持って受けてほしいと思います。この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、日々、を送れるよう心がけましょう。



4月

- 9日（木）身体計測【全学年】
- 14日（火）内科検診①【1年1組、1年2組】
- 16日（木）歯科検診①【2年】
- 21日（火）尿検査一次①【全学年】・内科検診②【1年3組、1年4組】
- 22日（水）心電図検査【1・4年】・貧血検査【1・4年の希望者】
- 23日（木）歯科検診②【1年】
- 24日（金）眼科検診①【抽出者】
- 28日（火）結核検診【4年】



5月

- 1日（金）尿検査一次②【未提出者】・眼科検診②【抽出者】
- 14日（木）歯科検診③【3年】
- 19日（火）内科検診③【2～6年】
- 26日（火）尿検査二次①【対象者・一次未提出者】

身だしなみは大丈夫？



6月

- 4日（木）歯科検診④【6年、5年1組・2組】
- 19日（木）尿検査二次②【未提出者】
- 23日（火）ピロリ菌検査①【2年希望者】

7月

- 2日（木）歯科検診⑤【4年、5年3組・4組】
- 3日（金）ピロリ菌検査②【2年希望者未提出】

正しく、気持ちよく、受けられるように。

良コミュニケーションは



新しい先生や友だちに出会い、ワクワクする人もいますが、ちょっと緊張したり、「仲良くできるかな…」と不安になったりする人もいます。でも、笑顔と挨拶があればきっと大丈夫！笑顔を向ければ、相手も自然に笑顔になれますし、「おはよう」と挨拶すれば、「おはよう」が返ってくるでしょう。朝、登校前に鏡に向かって笑顔の練習をするのもおすすめです。ぜひ試してみてください。



保護者の方へ 「災害共済給付制度」について

学校の管理下で発生したケガ（捻挫・骨折など）や疾病（熱中症など）で医療機関を受診した場合、独立行政法人日本スポーツ振興センターに給付金を申請することができます。

給付対象は、初診から治療までの医療費総額が5,000円以上（自己負担分1,500円以上）の場合です。申請に必要な書類は、保健室でお渡しします。また、給付対象外の場合もありますので、詳細は保健室へご確認ください。

なお、お子様のケガ等について、欠席・遅刻や医療機関への受診状況なども含め、なるべく早めに学校までお知らせください。