

# ほけんだより



全日制 保健室  
令和3年4月  
教室掲示用

みなさん、入学・進学おめでとうございます🎉新学期が始まり、新しい環境にワクワクする気持ちやどんな1年になるのか期待と不安の入り混じったドキドキする気持ちがあるのではないのでしょうか。

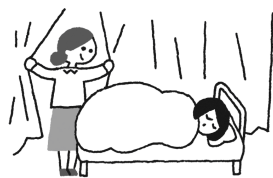
毎月ほけんだよりを通して、みなさんに心と体の健康情報をお伝えしていきます養護教諭の村上優貴(むらかみ ゆき)です。けがや体調不良の時や悩んだ時は、保健室に来てください🌸

## 保健室利用のルール

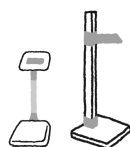
- ◎必ず次の授業の教科担当の先生に伝えてから、保健室に来てください。
- ◎いつ、どこで、何をしていた、どこが、どのようになったのか詳しく教えてください。
- ◎保健室では飲み薬を渡していません。痛み止めなどは持参して飲むようにしましょう。



擦り傷や切り傷の処置をしてほしいときは、傷口を洗ってから保健室に来室してください。



保健室での休養は原則1時間までです。何時間も休むことはできません。



保健室では、身長・体重・視力等測ることができます。計測したい時は一言声をかけてから使用してください。



心身の健康に関する本があります。本を読んだら元の位置に戻しましょう。

## 毎日体温を測ろう！

昨年から新型コロナウイルス感染症予防のため、半田商業高校の教員・生徒全員で体温を記録しています。



～体温を測ることのメリット～

- ♡自分の日々の体温の変動をみることができ⇒自分の健康状態に関心をもつことができる
- ♡発熱時など体調が悪いときは、学校を欠席する⇒周りの人の健康を守る

自分の健康も周りの人の健康も考えられるような素敵な半商生でいてくださいね！

## 健康診断が始まります

4/19 (月)	身体計測・体力テスト (1年) 身長・体重・聴力・視力・体力を測定します。 眼鏡やコンタクトをしている人は必ず持ってきてください。	身体測定 
4/21 (水)	歯科検診 (3年) 虫歯や歯周病になっていないか、噛み合わせや歯並び、顎関節の状態を調べます。	歯科検診 
4/23 (金)	胸部X線・心電図・血圧 (1年) X線: 「結核」等病気がないか 心電図: 心臓に異常や病気がないか 血圧: 高くないか、低くないかを調べます。	心電図検査 
4/27 (火)	眼科検診 (1年・抽出者) 目やその周囲に異常や病気がないかを調べます。	眼科検診 
4/30 (金)	内科検診 (2年生) 心臓や肺、骨・皮膚の様子、栄養がとれているかを調べます。 体操服で受けますので、体操服を忘れずに🎒	内科検診 

## 日本スポーツ振興センター「災害給付制度」について

学校の管理下(授業中、部活動中、休憩時間中、登下校中など)において、けがをして医療機関にかかり、初診から治癒までの総医療費窓口負担額(病院で支払った合計金額)が1,500円以上の場合には、給付の対象となります。早めに保健室へ申し出てください。ただし、交通事故などの第三者がいる場合や自転車の二人乗り、保険診療以外で治療を受けた時などは該当しません。

### ◎手続き方法

請求の手続きは、保健室で行います。診療を受けた1ヶ月分の治療費を請求する用紙を渡しますので、病院で記入をしてもらい保健室に提出してください。



### ◎給付方法

手続してから2~3ヶ月後に指定口座に振り込みます。  
※部活動などでけがをした場合、保健室に報告がないと給付の手続きができないので、必ず保健室に報告に来てください。

