

ほけんだより 4月

与論高等学校 保健室
令和4年4月14日

1年生の皆さん、入学おめでとうございます！2・3年生の皆さんも進級おめでとうございます！充実した高校生活を送るためには、心身の健康が基本になります。新型コロナウイルス感染症の流行も全国的にまだまだ油断できない状況になっていますので、毎朝、自分自身で健康状態をチェックしましょう。

《ここをチェック！ポイント》

- 検温して平熱と変わりはないか
- 頭痛、腹痛などいつもとちがう症状はないか
- すっきりと起きられたか
- 気分が落ち込んでいないか
- 朝食はしっかりとれたか
- その他、普段と違う様子はないか

養護教諭の田中紗代子です。保健室では、心身の健康面をはじめ、みなさんの学校生活をサポートします。気軽に声をかけてくださいね。



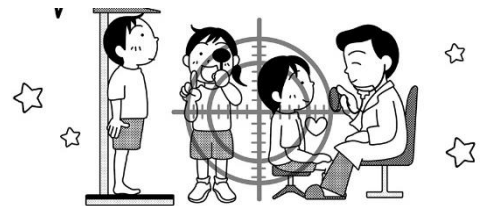
なぜ健康診断をするの？なぜ大切？

毎年行われる健康診断は、学校保健安全法（第13条）で、『学校においては、毎学年定期に、児童生徒等（通信による教育を受ける学生を除く。）の健康診断を行わなければならない』とあり、法律で実施が義務づけられている学校行事なのです。

健康診断がなぜ大切なのかは以下のとおりです。

- ① 体の発育や発達の様子、健康状態を調べる。
- ② 病気や異常を早期に発見して、早期治療につなげる。
- ③ 自分の体のことを知り、関心をもつきっかけになる。
- ④ より健康になるための課題（健康目標）に取り組む。

学校での健康診断は、みなさんの「いま」の健康をチェックするとともに、将来にわたって健康に過ごせるように、その方法やポイントを学ぶ場でもあるのです。



自分のカラダに ロックオン！

✿ 4月の健康診断の日程 ✿

項目	目的	日程	時間	場所
内科眼科検診	呼吸器系疾患、心臓病等はないか、皮膚や眼、栄養状態、運動器など全身を診て健康状態を調べます。	1年生 4月21日(木)	13:30~	保健室
		2・3年生 4月28日(木)		
尿検査	糖尿病ではないか、腎臓に病気の疑いがないか調べます。	一次 4月19・20日	SHR 後までに提出	クラスごと
		予備日 4月28日(木)	※ 未提出者のみ	保健室
歯科検診	むし歯や歯周病の疑い、噛み合わせに異常がないか調べます。	4月22日(金)	9:00~	保健室

お世話になります！ 学校医の先生方

内科・眼科
薬剤師

和田 峰光 先生（龍美クリニック）
沖 英恵 先生

歯科 児玉 伊佐雄 先生（児玉歯科）

保健室 **みんなの元気**

健康診断

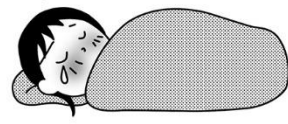


発育測定

応急手当



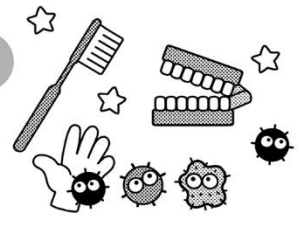
一時休養



健康観察



保健教育



相談



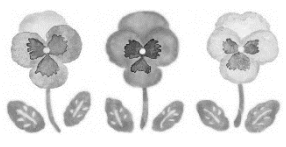
応援します!

具合の悪いとき、けがをしたとき、測定がしたいとき、心がつらいとき、健康について知りたいとき…ぜひ保健室を利用してくださいね。

こんなときは保健室に報告を!



- ① 学校の管理下（授業中・部活動中・登下校中）で負傷し、病院での治療を受けたとき
 - スポーツ振興センター災害共済給付の請求手続きをします。
 - 提出してもらう書類を取りにきてください。請求して約2~3ヶ月後に給付金が振り込まれます。
- ② 病院で感染症（インフルエンザなど）と診断されたとき
 - 疾病通知書を渡します。医療機関で記入してもらい、学校に提出後、出席停止となります。
 - ただし、インフルエンザについては処方箋だけでOK。新型コロナは、電話連絡のみです。
 - ※ 出席停止となる学校感染症…インフルエンザ・風しん・麻疹・百日咳・水とう・結核・流行性耳下腺炎(おたふく風邪)・咽頭結膜熱(プール熱)・髄膜炎菌性髄膜炎・新型コロナ・その他医師が感染のおそれがあると判断した感染症

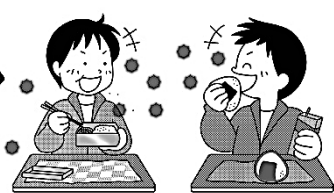


新型コロナウイルス感染症対策

与論で新型コロナウイルスの感染を拡げないために、引き続き感染症対策をしよう!

- 基本的な感染予防の実施…手洗い・咳エチケット・免疫力を高めるための健康的な生活。
昼食やマスクを外す時は、横並び・会話するときはマスク!
- 3つの密を避けること…換気の悪い(密)閉空間、多数が集まる(密)集場所、間近で会話や発生をする(密)接場面。

向かい合っていないなくても
近距離は危険!

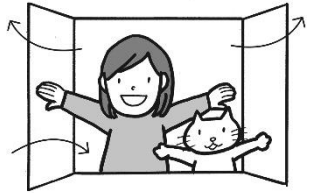


マスク



手洗い
消毒

換気をしよう!



今年度も与論高校生が笑顔で元気に過ごせますように。