

# 保健室だより ~4月号~



大阪府立茨木西高等学校 保健室 2013. 4. 11

いよいよ新学期のスタートです。新しいクラスや友達、学校生活に不安や期待で緊張している人もいます。高校3年間は心身ともに成長する時期です。1日1日を大切に、目標を持って過ごしましょう。

## 定期健康診断について

「健康」というと、わたしたちは「病気でないこと」と考えがちではないかと思います。「病気」でなくても自分自身の体のことに無関心であったり、間違った知識を持っていたりする人も多いのではないのでしょうか。

健康診断は病気を見つけるためだけでなく、病気を予防したり、自分の体をしっかりと見つめられる大切な機会です。自分の健康は自分で守り、予防していくといった「生きる力」を身につけるためにも、健康診断を積極的に受けましょう。



日程	項目	注意事項
4/24(水)	定期健診 身体計測 歯科検診 内科検診	めがねやコンタクトレンズを使用している人は忘れずに持って来てください。 内科検診では聴診音が聞こえにくいので、検診の会場では静かにしましょう。女子は女医さんにみていただけます。
4/11(木) 4/12(金)	検尿1次	登校したらすぐに、 <u>下足室の前にクラスごと男女別に提出。</u>
5/1(水) 5/28(火)	検尿2次	登校したらすぐに、 <u>下足室の前に提出。</u>

※欠席した場合、自己負担での個人受診になる場合もあります。

## 独立行政法人日本スポーツ振興センターの手続きについて

下記のような場合、独立行政法人日本スポーツ振興センターからの医療給付の対象になりますので、保健室まで書類を取りに来てください。

### ☆給付が受けられるのは…

- ・授業中、休憩中、部活動中、学校行事中のけが等
- ・通常の通学経路、方法による登下校中のけが等



### ☆こんな場合は給付されません。

- ・医療費の合計が5000円以下（病院の窓口支払いが1500円以下）の場合
- ・保険診療以外で治療を受けた場合（交通事故等で賠償請求の対象となる場合）

※例外もありますので、給付対象かわからない場合には保健室まで来てください。

## 🍓🍓🍓🍓 保健室の利用について 🍓🍓🍓🍓

本校の保健室には亀田翠、平田幸、下村千恵子の3名の養護教諭がいます。どうぞよろしくお願いいたします。保健室は、みなさんが心もからだも元気に学校生活を送ることができるように支援する場所です。マナーを守り、上手に利用しましょう。

### ☆こんな時に来てください☆

けがをした時や、体調がわるい時、悩み事や相談したいことがある時、からだや健康について質問がある時

### ☆保健室のルール☆

- ・できるだけ休み時間に利用しましょう。
- ・保健室での休養は原則として**1時間**です（中学校とは違い、**公欠**ではなく**欠課**になります）。
- ・早退や体育の見学の許可は出しません。早退する場合には担任の先生の許可が必要です。
- ・保健室内での**飲食・携帯**の使用は禁止です。
- ・内服薬は原則として出していないです。また、マスクや生理用品等は購買部で販売しているので、保健室では用意をしていません。
- ・休養している人がいる時には静かにしましょう。