

ほけんだより 4月

2013.4.15

大阪府立懐風館高校
保健室



新学期が始まって1週間が経ちました。皆さん新しい環境には慣れましたか？(^^)環境が変わると、知らず知らずのうちに疲れが溜まってしまうことも少なくありません。

新しい環境に慣れるには、まずは生活リズムを整えること！規則正しい生活習慣を心掛けましょう。「**健康第一**」とよく言いますが、**何をしてもまず基本は健康であること**ですよ(^^♪



以下の日程で健康診断があります！

- ★遅刻や欠席の無いようにして下さい！未受検者は自費で病院へ行き、診断書を提出してもらいます。
- ★検診・尿検査を受けなければ、学校生活を送る上で大切な健康状態の把握が出来ないので、行事等に参加出来ません！尿検査や、未受検者・有所見者の診断結果報告書等の**提出物**は、必ず期限を守って提出してください！



4月16日(火)	検尿1次①
4月17日(水)	検尿1次② 2,3年生内科検診(授業中呼び出し)
4月18日(木)	身体測定、歯科検診
5月9日(木)	検尿2次①(1次未提出者と抽出者のみ)
5月29日(水)	心臓2次検診(1次検診欠席者と抽出者のみ)
5月31日(金)	検尿2次②(1次未提出者と抽出者のみ)



懐風館高校の保健室について

養護教諭の安本祥子です。

皆さんが健康で充実した高校生活を送ることが出来るように、心と体の両面からサポートします◎
よろしくお願いします♪



新しい年度がスタートしたということで、
皆さんで保健室の利用についてのルールを
確認しておきましょう！

①来室は、原則休み時間や放課後に！

小学校や中学校とは違い、授業の欠席が多いと進級・卒業が出来なくなっています。一つひとつの授業を大事にすることを心掛けましょう(´-`)

どうしても我慢できない場合や授業中にけがをしてしまった場合は、教科担当の先生の許可を得てから来室しましょう(^^)また、保健室での休養は**原則1時間**です。

②必ず担任や次の授業の教科担当の先生に伝えてから来室しましょう！

友達に言うのではなく、自分で担当の先生に伝えましょう。特に体育の授業の前は、保健室利用許可証を貰ってから来室するようにして下さい(°-°)!

③保健室では継続的な処置は行いません。

保健室はあくまでも応急手当の場です。その後の治療は必要に応じ、医療機関を受診したり、家庭で様子を見たりするようにして下さい。

④内服薬は一切出しません。

人によっては、副作用がアレルギーを起こす危険性がある為です。特に持病がある人、生理痛がひどい人、頭痛・腹痛を起こしやすい人は、自分で飲み慣れた薬を常に持ち歩くようにしましょう。

⑤保健室ではお静かに…☆ミ

しんどくなった人が休む場所です。用が済んだらすぐに退出し、騒がしくならないようにしましょう(u_u)
携帯電話や飲食も禁止です(・へ・)

