

# 保健通信

2013.4.9 第1号  
大阪府立長野高校 保健部

## 健康診断カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
4/15	4/16	4/17	4/18	4/19	4/20	4/21
内科検診の準備 保健委員会(放課後)		内科検診(PM)	全員対象。 聴診器で心臓の音を聞きます。 胸郭や皮膚の状態、甲状腺の異常なども診ます。			
4/22	4/23	4/24	4/25	4/26	4/27	4/28
容器は前日配布。 氏名等記入して持ち帰ること！	検尿1次(朝一番)	検尿1次(朝一番)	歯科検診(PM)	全員対象。検診前には問診をします。 虫歯・歯ぐきの炎症・顎関節の異常がないかを診ます。 事前にしっかり歯みがきをしておくこと！		
尿の成分を検査することで、腎臓に疾病や異常がないかがわかります。 SHRで男女別に回収。 提出時間厳守！！(検査機関が回収にきま		5/1	5/2	5/3	5/4	5/5
			校外学習	憲法記念日	みどりの日	こどもの日
振替休日		5/8	5/9	5/10	5/11	5/12
		*体操服持参 *眼鏡がある人は持参 *しっかりと体調を整えておく		スポーツテスト 身体測定	公開授業(登校日)	
5/13	5/14	5/15	5/16	5/17		5/19
1次で異常のあった人、指示のあった人 *各自9:40までに保健室へ前日は代休で休み！忘れやすいので注意！！	検尿2次(登校後すぐ)	身長・体重・座高・視力・聴力(3年)／握力・ハンドボール投・50m走・上体おこし・立ち幅跳び・反復横跳び・長座体前屈・持久走(男1500m女1000m) *運動制限を受けている人は、必ず担任に申し出てください。 *水分補給もしっかり行うこと！				
5/21	5/22	5/23	5/24	5/25	5/26	
中間考査①	中間考査②	中間考査③	中間考査④	中間考査⑤		
5/27	5/28	5/29	5/30	5/31	6/1	6/2
	検尿2次(登校後すぐ)	1次で異常のあった人、指示のあった人 *各自9:40までに保健室へ提出この日が最後の提出チャンスです！				
6/3	6/4	6/5	6/6	6/7	6/8	6/9
	体育祭予行	体育祭	熱中症に注意！水分補給を十分に！			
6/10	6/11	6/12	6/13	6/14	6/15	6/16
1次検診やレントゲン、内科検診の結果、詳しい検査が必要な人 昨年度からの経過観察が必要な人(対象者には案内します) 心電図・心音図検査をします。		心臓検診2次(PM)	文化鑑賞会(PM)			

## 保健室はこんな時に利用します

学校でケガをしたとき、体調が悪くなったとき  
⇒ケガの応急処置、ベッドでの一時休養をします。



心がしんどくて相談したいとき  
⇒困った時はいっしょに考えましょう。  
★特別棟2階に相談室もあります。



健康のことで知りたいことがあるとき  
⇒身長計・体重計等での計測、資料の閲覧などができます。



### 必要なとき、誰もが来てもいい保健室。。だけどルールは守ってほしいんです。

#### \*保健室は病院・家庭へ繋ぐための応急処置、一時休養の場です。

その後の処置は病院、家庭で行ってください。保健室では治療行為をすることはできません。数日前のケガを継続して手当てすることもできません。また、保健室のベッドでの休養は1時間に限られています。

#### \*内服薬は渡していません。

腹痛・頭痛・風邪等の内服薬はありません。副作用やアレルギーの危険性があるので、自分に合った薬を学校に持ってきておくようにしてください。

#### \*休み時間に利用しましょう。

一時間一時間の授業は大切なものです。自分の授業時間をしっかり確保するためにも、急病やけが以外の来室は休み時間にしてください。

#### \*授業時間にかかりそうな時は、先生に言ってから来ましょう。

展開授業や選択授業がたくさんあります。自分が保健室へ行くことを必ず直接先生に伝えてから来てください。

#### \*「失礼します」「失礼しました」挨拶はきちんと。

入室したら、学年・組・氏名を言い、内科・外科用の記録用紙に記入して自分の体の様子を説明してください。

#### \*教室に戻る時は『保健室在室証明書』を受け取り、先生に渡しましょう。

『保健室在室証明書』には来室時間や理由が書かれています。保健室利用後は教科担当の先生か担任の先生に渡し、保健室へ行っていた旨を伝えてください。

#### \*保健室に『早退許可書』はありません。

発熱等で早退の必要がある場合は、保健室から担任の先生に連絡をします。担任の先生から『早退許可書』を発行してもらってください。

#### \*具合の悪い人がいます。静かにしましょう。

自分が休養しているときに騒がしくされたら嫌ですね。思いやりをもった行動を。

## 学校医の先生方の紹介



学校医 山口 竜司 先生 (山口診療所／河内長野市汐の宮)  
学校歯科医 生地 孝至 先生 (生地歯科／河内長野市三日市町)  
学校薬剤師 浅川 徹 先生 (コトブキ薬局／河内長野市本町)

# 健康診断 内科検診について

## なぜ学校で内科検診が必要なの？

内科検診は、事故なくよりよい学校生活を送るため、学校保健安全法という法律に基づく定期健康診断の一つとして行うものです。

内科検診では、胸部に聴診器を当て、心臓に雑音や不整脈がないかを調べます。この結果は、心臓検診の基礎データとなり、心雑音や不整脈が見つかった人は、さらに詳しい検査を受けることになります。

心臓以外にも皮膚や胸郭、甲状腺の状態など、いくつかの疾患の有無についても調べています。

## 服を着たまま検診を受けられないの？

内科検診では、心臓の音を正確に聴診するためにいくつかのポイントに聴診器をあて、その特徴・強さ・雑音の方向を聞き分ける必要があります。聴診ポイントが下着と重なると、衣ずれの音で心臓の雑音が聞こえにくくなり、正確な検査ができなくなります。 検診当日は、上半身はだかの状態で受けることになります。

また、脊柱（背骨）の状態を調べるため、背中 や甲状腺の腫れを調べるためのど も診ますので、髪が長い人は、束ねておいてください。

\* 検診会場は、つい立てなどで他の人から見えにくいように仕切りますが、完全な個室ではありません。検診を受けるにあたり事情がある人は、担任又は、保健室まで申し出てください。

全国の学校管理下で亡くなる人の原因の約30%が、心臓系によるものです。（日本スポーツ振興センターの統計では、H21年は21件、H22年は25件）そこで、学校では健康診断で心臓に異常がないかを毎年必ず調べます。心臓の異常は、心電図だけでなく、アンケート調査やレントゲン検査、内科検診で見つけます。



お医者さんは、みなさんの裸を“見て”いるのではなく、健康状態を“診て”います。恥ずかしがらずに検診を受けましょうね！



## 2・3年生のみなさんへ 保健調査及び緊急連絡先の記入について

4月17日の内科検診当日に、みなさん自身の健康状態の調査を実施します。また、緊急連絡先の確認もします。ケガや病気など緊急時に備え、学校と家庭との連絡に必要です。変更のある人は、必ず保護者の連絡先を確認し、当日記入できるようにしておいてください。

# 日本スポーツ振興センター災害共済給付について

独立行政法人日本スポーツ振興センター法に基づき、学校の管理下で起きた教育活動中の災害に対して医療費を補償する制度です。

## ●学校の管理下とは●

①授業中（学校行事含む） ②課外指導中（部活動等） ③休憩時間中 ④通学中※  
※交通事故等で加害者の損害賠償保険から医療費が支払われる場合は除く

## ●手続き●

- 1) 学校の管理下でけがをしたら、担任や顧問に申し出た後、保健室に申請書類を取りに来てください。
- 2) 書類を医療機関等で記入してもらい、学校に提出してください。（毎月20日頃まで。それを過ぎると翌月の申請になります。）
- 3) 書類提出から2～3ヵ月後、口座振替申出書にて登録された銀行口座に給付金が振り込まれます。

## ●注意●

- ☆月ごとに1枚 医療機関で証明を受けた書類を提出してください。
- ☆請求点数が500点（金額で5000円／保険適応の場合3割負担で1500円）以上になってから請求してください。（4月が498点、5月が124点と合算して500点を超えた時点で請求可能です）
- ☆他の法令の規定により、国又は地方公共団体の負担による給付等（例：ひとり親家庭医療、生活保護）を受けた場合は給付に制限があります。
- ☆給付を受ける権利はその給付事由が生じた日から2年間行われないと、時効によって消滅します。  
（例：平成25年4月に負傷⇒平成27年4月20日頃までに学校に書類を提出しないと無効）



## 出席停止になる学校感染症



次の感染症にかかった場合は、出席停止の扱いとなります。診断されたら、学校に連絡をしてください。

インフルエンザ	百日咳	麻疹（はしか）	風しん（三日ばしか）
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）		水痘（水ぼうそう）	咽頭結膜熱（7-フル熱）
結核	髄膜炎菌性髄膜炎	その他（流行性角結膜炎など…）	

1年間みんなの元気をサポートします。  
養護教諭の 菊池と大谷です。  
よろしくお願いします☆

