

保健だより 4月



徳島県立城ノ内
中等教育学校
令和6年4月号

入学・進級おめでとう

環境が変わる4月は「初めまして」がいっぱいですね。慣れない環境や新しい友達、新しい先生との出会いに、不安な気持ちになるかもしれませんが、ちょっとした冒険に出るつもりで、まわりを見回してみませんか。

「初めまして」は、新しい自分に出会えるチャンスでもあります。「おはよう」と自分から新しいクラスメイトに挨拶をしたり、何か新しいことにチャレンジしたりすると、何かがきっと変わるはず。前向きな気持ち春を迎え、学校生活を楽しみましょう。



ほけんだより+ほけんの先生+保健室

どうぞよろしく!

前期：北保健室 中山 真実（なかやま まみ）

後期：南保健室 河上 ともみ（かわかみ）です。

みなさんが、毎日元気に学校生活を送ることができるよう、
お手伝いします。気軽に声をかけてくださいわ！



保健室は、どんなところ？

★ けがをした



★ 相談したい、話を聞いてほしい



★ ぐあいが悪くなった



★ からだやこころ、健康について知りたい



保健室で「できないこと」とは？

✕ 長い時間の休よう
保健室で休むことができるのは短い時間だけ。教室にもどることがむずかしいときは、おうちの人のおむかえで「そうたい」になります。



✕ つづけての手当て
保健室で受けられるのは「おうきゅうしょち」。その後のちりようは病院に行き受診し、お医者さんの指示にしたがいましょう。

✕ のみ薬をもらう
かぜ薬やげりどめなども NG です。毎日のんでいるなど、必要な薬がある場合はそれぞれで持ってくるようにしてください。



★ けがや病気で来るときはなるべく担任の先生に言う



★ 保健室の中ではさわがない・走らない



★ 「どこが」「どうして」「どんなようすか」を伝える



★ ものを使う・かるときはひと声かけて

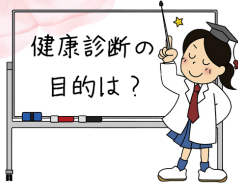


AED は ココ にあります



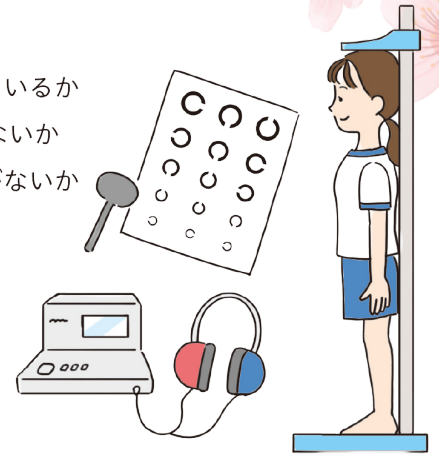
- ★ 職員室前
- ★ 体育館袖入り口
- ★ 東教室棟連絡通路
- ★ 運動場倉庫内

健康診断・始ま！/ます



健康診断 ～何を調べる？目的は？

- **身体計測**…身長・体重、成長の様子はどうか
- **内科**…心臓や肺、骨・皮ふの様子、栄養がとれているか
- **運動器**…手や足、骨・関節などに異常や病気がないか
- **歯科**…歯やあご、歯肉（歯ぐき）に異常や病気がないか
- **耳鼻科**…耳・鼻・のどに異常や病気がないか
- **眼科**…目や目の周囲に異常や病気がないか
- **視力**…目がどのくらい見えているか
- **聴力**…耳がどのくらい聞こえているか
- **結核**…「結核」という病気の疑いがないか
- **尿**…腎臓病や糖尿病などの疑いがないか



そして、健康診断の主な目的は「体がどのように、どのくらい成長したか調べる」「体に異常や病気がないかどうか調べる」とともに、「体について学び、より健康的な生活につなげる」ことです。結果だけに一喜一憂することなく、みなさん自身の未来の土台になるものとして真剣に臨み、受けとめ、考えていってほしいと思います。

健康診断 前の日のやくそく



∥ お世話になります！ ∥

学校医・学校薬剤師の先生方



前 期

後 期

内 科

小川先生・吉本先生

南先生・小川先生

眼 科

山添先生



耳鼻科

石谷先生

布村先生

歯 科

浅原先生・田村先生

井川先生

薬剤師

河野先生

保護者の方へ

～必ずご確認ください！災害共済給付制度～

災害共済給付制度は、お子さんが学校生活（学校の管理下）でけがなどを負った際、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる制度です。

給付対象となる「学校の管理下」の範囲

1. 各教科授業や遠足、修学旅行、掃除など特別活動中
2. 部活動、林間学校、臨海学校など学校の教育計画に基づく課外指導中
3. 業間休み、昼休み、始業前、放課後
4. 登校中、下校中
5. 学校外での授業、集合・解散場所への経路など
6. 学校の寄宿舎にあるとき



負傷（捻挫・骨折など）や疾病（熱中症など）では、原則的に初診から治療までの医療費総額が5,000円（本人負担分1,500円）以上の場合に給付対象となります。申請の際には受診した医療機関による証明が必要です。詳細については担任または養護教諭にお問い合わせください。

健康診断のときはもちろん、学校の活動でけがや病気になったとき、学校保健委員会など、みなさんの健康的な学校生活をさまざまな面からサポートしてくださる先生方です。来校された際には、きちんとあいさつをしましょう！