

ほけんだより



令和5年4月10日(月)
塩釜高等学校 保健室

入学・進級おめでとうございます！

4月は新しいクラス、新しい友達、新しい先生と期待がふくらみますが同時に緊張する月でもありますね。意識しないうちに、身体も心も疲れてしまいがちです。何事も「初めが肝心」とは言いますが、意識的にのんびりする時間を作って、上手にリフレッシュしましょう♪

また、マスク着用、手洗いの励行など、感染予防対策も忘れずに！



健康診断のお知らせ



予定は変更になることがあります。

来週からさっそく健康診断が始まります。自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すチャンスです。また、検診の結果治療を勧められたときには、受診するなど早めの対応を心がけましょう。

月日(曜日)	項目	対象	時間		準備
			東キャンパス	西キャンパス	
4/12(水)	身体測定・視力検査 聴力検査	全学年 1・3年生	13:00~		運動着長袖上下 メガネ・CL 使用者 は外せる用意
4/13(木)	循環器検診・貧血検査	1年生	8:50~	13:00~	運動着上・Tシャツ
4/18(火) 19(水)	尿検査	全学年	2校時休み時間まで提出		前日に容器配布
4/20(木)	眼科検診	1年生	13:50~	東CP 終了後	朝のSHRで 問診票記入
4/24(月)	結核検診(東西)	1年生	8:50~	東CP 終了後	運動着上・Tシャツ
5/18(木)	歯科検診(東西)	全クラス	9:00~	9:00~	口の中を清潔に
5/22(月)	耳鼻科検診(東西)	1年生	8:50~	東CP 終了後	朝のSHRで 問診票記入
6/21・28(水)	内科検診(西)	全学年	—	13:00~	運動着上・Tシャツ
6/23(金)・28(水)・ 30(金)	内科検診(東)		13:20~	—	



- ① 保健室に来る時は、必ず担任か次の授業の先生に申し出てから来て下さい。
- ② 職員室に入室するときと同様に、ノックをして所属（クラスや部活名）と名前を伝えてから入室しましょう。
- ③ 緊急時以外はなるべく休み時間に利用しましょう。



内服薬は
置いていません

*** 内服薬について ***

保健室に内服薬はありません。薬は、人によっては副作用が出たり、アレルギー反応を起こしたりする危険性があるからです。友達同士の薬の貸し借りも、同様の理由でしないようにしましょう。思わぬ結果を招くことがあります。偏頭痛や生理痛がひどい人は、自分で薬を用意しましょう。

◇保健室は、「スポーツ振興センター」の医療費請求に関する手続きの窓口にもなっています。

登下校中、部活動、授業時間、学校行事等で負傷し医療機関を受診した場合、医療費が給付される制度です。事故やけがで通院したときは、まずは保健室に相談してください（金額など場合によっては対象とならない場合もあります）。

カウンセリングについて

◎面談は、来校日の3～6時間目、放課後に行います。（公認欠席扱い）

◎希望者は、担任及び相談担当の先生や保健室を通して申し込んでください。

4・5月のカウンセリング予定

	東キャンパス	西キャンパス
4月	25日（火）	20日（木） 27日（木）
5月	2日（火） 16日（火） 30（火）	11日（木） 18日（木） 25日（木）

