

保健室の利用について

保健室では…



けがの手当てが
できます



体調不良時に
休めます



悩みを相談したり
身体や心について
聞いたりできます

～ 使用上のルールもありますので知っておいてください ～

- ①保健室へ来るときは、なるべくクラスメイトや授業担当の先生に伝えてから来てください。
- ②保健室でのケガの手当ては原則初回のみです。翌日以降は自宅で処置してきてください。
- ③体調不良等で休養が必要な場合は、1時間のみ休養することができます。それ以上に休養が必要な場合には早退し、自宅で療養、もしくは病院受診をしましょう。
- ④保健室では内服薬(例えば月経痛や頭痛の痛み止め、抗アレルギー薬など)は渡していません。
- ⑤授業中に保健室を利用した場合には、退室時に「保健室連絡カード」をもらい、授業中の場合は授業担当の先生に、それ以外の場合には担任の先生に渡しましょう。

【保健室連絡カード】

保健室を利用した生徒は退室後、授業中の場合には授業担当の先生へ、それ以外の場合には担任の先生へこの連絡カードを渡してください。授業担当の先生は、お手数ですが担任の先生にお渡しください。

大阪府立藤井寺高等学校

| 年 組 番 | | 日時 R5. / () : ~ : | | | | | |
|-------|--------------|--------------------|--------|-----------|-----------|-----|--------|
| 来室の目的 | 内科 | 体温()℃ | かぜ症状 | 頭痛 | 腹痛(便秘・下痢) | 胃痛 | 吐き気・嘔吐 |
| | | 気分不良 | 全身倦怠感 | めまい | 熱中症疑い | 月経痛 | |
| | | じんましん | その他() | | | | |
| 外科 | 擦り傷() | 切り傷() | 打撲() | 捻挫() | 脱臼() | | |
| | 筋肉痛() | 火傷() | 鼻出血 | 歯痛 | 眼痛 | | |
| | マメ・爪割れ() | | その他() | | | | |
| 処置 | 休養 | 相談 | 経過観察 | 保健室当番者サイン | | | |
| | けが等の手当て | その他() | | | | | |
| | 早退指示()時()分 | | | | | | |

- ⑥早退を希望する場合には、学年職員室へ行き、担任または学年の先生に相談して「早退許可証」をもらいましょう。保健室では早退許可証は発行していません。

始めよう 朝の健康チェック



学校生活を元気に送るヒケツは、自分の体と心の状態に気を配り、小さな異常に早めに気づけるようにすること。
学校に行く前の健康チェックを習慣にしましょう。

朝の健康チェック

- 眠気は残っていない？
- 食欲はある？
- ウンチはスッキリ出た？
- 体に違和感があるところはない？
- 熱やせき、鼻水はない？
- やる気はわいてくる？



気になることがあれば、いつでも保健室に来てくださいね。

独立行政法人日本スポーツ振興センターの制度について

学校管理下(登下校中、授業中、休み時間、部活動中など)でケガをして病院を受診した場合、日本スポーツ振興センターから医療費や見舞金が支給されます。療養に関する費用が5000円以上(※保険証を使用し、医療機関での支払いの本人負担額が3割負担の場合は1500円以上)の場合、医療費の申請手続きができます。受診後、保健室で所定の用紙をもらい、医療機関に記入してもらって保健室に提出すると、こちらで給付のための申請手続きを行います。申請が通ると、その後、指定された口座に医療費が振り込まれます。

なお、保険診療以外で治療を受けた場合(歯の矯正、漢方、整体等)や交通事故の場合は支給の対象外となりますので注意してください。交通事故にあつた場合は必ず警察に届けてください。



ごみの捨て方について

ごみの捨て方の大原則は…**分別と減量**です。ご協力をお願いします！！

- ①ごみは燃えるごみ、ペットボトル、紙ごみに分別し、決められた種類のごみ箱へ捨てましょう。
- ②ペットボトルや紙パック入りのジュースは必ず中身を捨て、つぶしてから捨てましょう。
- ③教室のごみ箱のごみはなるべく圧縮し、水・金曜日の掃除の時間中(15:05~15:30)に体育館西側にあるシャッター倉庫へ捨てに行きましょう。
- ④缶・ビンは原則校内持ち込み禁止です。持ち込んだ場合は自宅へ持ち帰ってください。

