

保健だより

Spring号

大阪府立和泉総合高校 保健室



保健室の芝です！みなさんが毎日、心も体も健康に過ごせるように、お手伝いをしていきます。1年間よろしくお願ひします。

さて、新年度がスタートしました。たくさんの「新しい」出会いに、がんばるぞ！と張り切っている人も多いのではないのでしょうか。早く慣れようと焦ったり、緊張や不安がたまったりしていませんか？ときには、やわらかな春風を感じながら、のんびり過ごす時間も大切にしてくださいね。保健室からも、みなさんのことを応援しています！

健康診断

が は じ ま り ま す

健康診断を正しく受けるために



当日（または当日まで）に気をつけること

- ☑ 歯みがきをていねいしておく
- ☑ 爪を切っておく
- ☑ メガネやコンタクトレンズを忘れないように
- ☑ 決められた服装があれば忘れずに
- ☑ 耳そうじをしておく
(傷つけないように注意)

4月から早速健康診断が始まります。

今の自分の体の状態を知り、学習や運動など学校生活を送るうえで、注意することがないかを調べる大切な行事です。詳しい日程は「健康診断の日程」を見てください。

保健室からのお知らせ

内科検診では、スクリーンなどを使い、ほかの人から見えないようにしますが、完全な個室ではありません。特に配慮が必要な場合は、担任の先生、または保健室まで連絡してください。

健康診断でわかることとわからないこと



健康診断では、みなさんがバランスよく成長しているか？ 見たり聞いたりするのに不自由はないか？ 体の異常や病気の可能性はないか？ がわかります。

けれどこんなことはわかりません。

- 視力や聴力の正確な数値
- 病名
- 病気や不調の原因
- 治療法

「受診のおすすめ」をもらったら、なるべく早く専門のお医者さんに診てもらいましょう。

不調の原因が早くわかれば、早く治療が始められます。治療期間も短くてすむかもしれません。なにより気分も早くスッキリします。

「受診のおすすめ」をそのままにしないでくださいね



災害共済給付制度 についてのお知らせ

学校の管理下でケガをして医療機関にかかったとき、医療費の一部が給付されます。総医療費5,000円(自己負担3割の場合、支払額が1,500円)以上が対象です。給付の時効は受診した月から2年間です。早めに学校までお知らせください。

通学中

授業中や
課外活動

休み時間や
放課後

部活動中