

# ほけんだより 4月号

がつごう

なに高支内第2号  
大阪府立なにわ高等支援学校  
R3. 4. 8

新入生みなさん、入学おめでとうございます。ようこそ  
なにわ高等支援学校へ！

保健室では、みなさんが充実した学校生活を送れるように、  
心とからだの健康をサポートしていきます。

ほけんだよりでは、保健行事のお知らせや、健康に役立つ  
情報を発信していきますので、ぜひ読んでくださいね。



## 保健室では

- ★けがをしたときに応急手当をします。
  - ・傷があり、血が出ている場合は水で洗ってからきてください。
  - ・家でのがかは、家で手当をしてください。
- ★具合が悪い時に、決められた時間、休養できます。
- ★健康診断や、発育測定をして、からだの調子や成長を調べます。
- ★困ったことや悩み事など、相談を受けます。

- ・体調が悪い人が休養する場所です。
- ・健康診断など、検査中も静かに！

- ・ベッドに勝手に寝たり、無断で保健室のものを使わない。
- ・保健室で借りたものは必ず自分で返しに来てください。

さわがない

勝手にさわらない



授業中は  
先生に言ってから来る

できるだけ  
休み時間に来る

- ・授業中に保健室に行くときは、必ず先生に伝えてください。周りの人に心配をかけないように！

- ・急なけがや病気の時以外は休み時間に来てください。
- ・休み時間に来る場合も、できるだけ先生に伝えてください

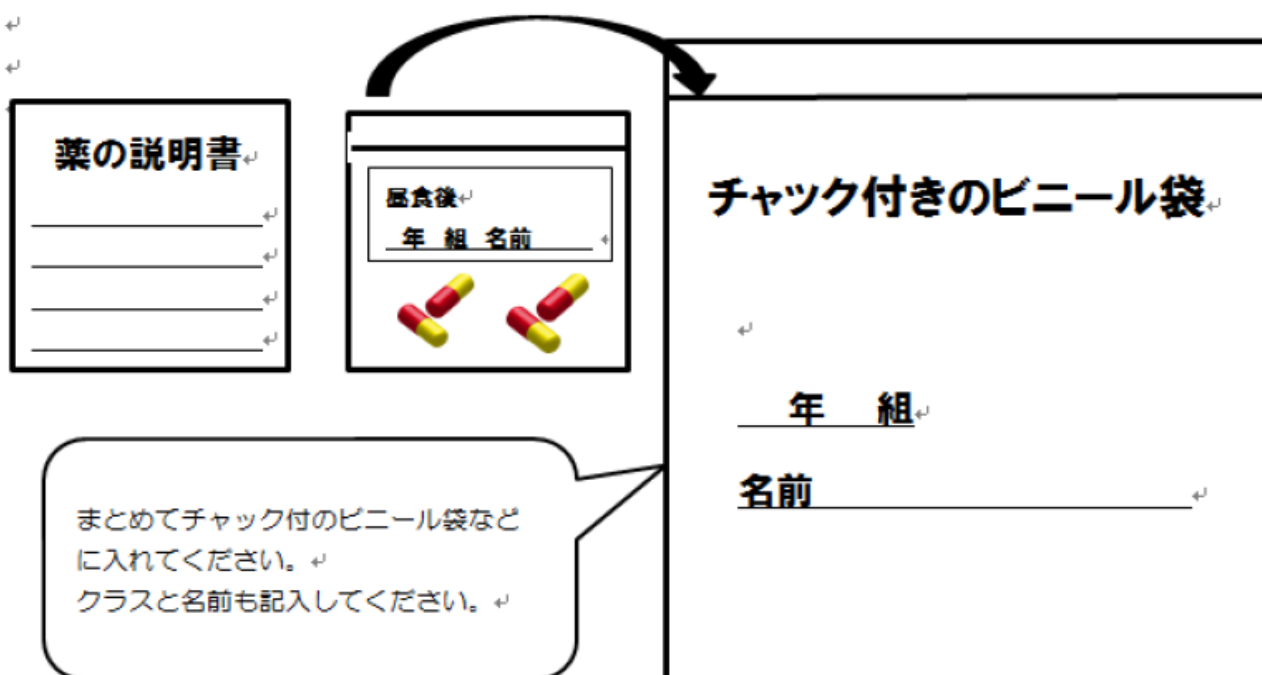


# くすり 薬について

がっこう にちじょうやく たいちょうふりょうびょういん しよほう  
学校で日常薬や体調不良で病院から処方されている薬（臨時薬）を服薬するときは飲み間違い  
を防ぐため下記の方法で持参してください。

## くすり じゅんびほうほう 〈薬の準備方法〉

- ① 1回分ずつ、チャック付きビニール袋に入れて、クラス・名前・飲む時間を記入してください。
- ② 複数の薬がある場合は、まとめてチャック付きのビニール袋に入れて、クラスと名前を記入してください。
- ③ 薬の説明書もできる限り同封してください。



※本校は難波支援学校と併置校ということも踏まえて、事故を防止するため学校で服薬を行うときは上記の  
手順に従って持参していただきますようご協力をお願いします。

## けんこうしんだん はじ 健康診断が始まります！

きつそく こんしゅう からけんこうしんだん はじ  
早速、今週から健康診断が始まります。

### けんこうしんだん う なん 健康診断を受けるのは何のため？

- ★発育の状態をチェックします。
- ★健康状態をチェックします。
- ★病気や異常の早期発見につなげます。
- ★からだについて学習します。

### どんなことをするの？

からだの状態について、検査  
したり、学校医の先生に診てもら  
います。日程や、健康診断の内容について知って  
おきましょう！



けんこうしんだん にってい  
健康診断の日程

日程や持ち物を要チェック！！

日程	項目	対象者	持ち物・服装
4/12 (月) 午前	発育測定 運動器検診	全員	上下体操服 (半袖・ハーフパンツ) メガネ・コンタクトレンズ (普段使用している場合)
4/13 (火) 午後	眼科検診	共生推進生	
4/13 (火) 午後	耳鼻科検診	全員	
4/20 (火) 午前	胸部エックス線	1年生	白色無地や単色Tシャツ
4/22 (木) 午後	内科検診	1・2年生	上下体操服
4/27(火)28(水) 10:00までに	尿検査1次 提出日	全員	尿検査提出セット
5/7 (金) 午後	眼科検診	全員	
5/10 (月) 午後	内科検診	3年生	上下体操服
5/13 (木) 午前	心臓検診	1年生 全員 2・3年生 (要管理者・校医 指示者)	上下体操服 (半袖・長袖・ハーフパンツ)
5/13 (木) 午後	内科検診	1・3年生 (検診欠席者)	上下体操服
5/19 (水) 午後	歯科検診	3年生	歯磨きセット
5/26 (水) 6/10 (木) 10:00までに	尿検査2次 (1次) (提出日)	2次対象者 (1次未提出者)	尿検査提出セット
5/26 (木) 午後	歯科検診	1・2年生	歯磨きセット

※その他、有所見者追加検診、行事前検診等があります。決定次第お知らせします。

【内科】	宇田 創先生	【耳鼻科】	中村 泰久先生
【眼科】	澤井 貞子先生	【歯科】	高本 啓太郎先生
【薬剤師】	後藤 千賀子先生		



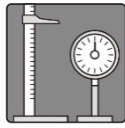
けんこうしんだん けっか  
～健康診断の結果について～

今年度より所見のあった生徒のみ結果を通知させていただきます。  
また、『視力検査結果』については眼科検診終了後、1枚の用紙に合わせて通知させていただきます。  
受診票を受け取られた際は、できるだけ早く医療機関を受診してください。  
なお、所見のなかった生徒は7月個人懇談にて健康の記録に記載の検診結果一覧を提示させていただきます。

# けんこうしんだん し けんこう かんり 健康診断を知って健康管理！

もう高校生！これからは、自分の体について知って、健康管理をできるようにしましょう。  
ほけん日よりでは、健康診断の項目ごとに紹介していきます。結果もしっかり見て治療が必要な場合は早めに病院に行きましょう。今回は、発育測定、運動器検診、視力・聴力検査の紹介をします。

## はついくそくてい 発育測定

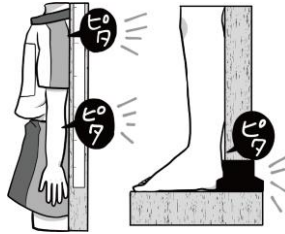


### しん たい けい そく 身体計測



からだの成長のようすがわかります

## しんちよう かた 身長のはかり方



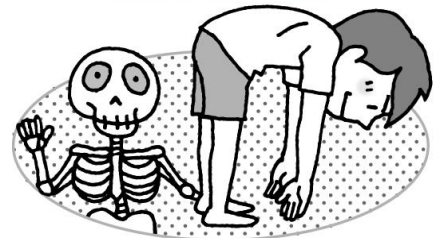
- 静かに体重計に乗る。
- はかれるまでじっとする。

- 少しだけあごをひく。
- かかと、おしり、背中を柱につける。
- 髪の毛はじゃまにならないように結んでおく。

## たいじゆう かた 体重のはかり方



### うん どう き けん しん 運動器検診



ほね かんせつ いじよう  
骨や関節などに異常はないかな？

## うんどうきけんしん 運動器検診



運動器検診では、スポーツのし過ぎが原因でけがや故障をしていないか、骨や筋肉を問題なく動かせるか、などをチェックします。保健調査や普段の様子から、校医の先生による検診が必要と判断した場合には内科検診時にも検査します。

## しりよくけんさ 視力検査



みえかた けんさ  
見え方の検査をします



- 片方の目をしゃ眼鏡を使ってかくします。
- 穴のあいている方向を答えます。
- もう一方の目も検査します。
- めがねやコンタクトレンズを使っている人はつけたまま検査します。

### しりよくけんさ しひよう 視力検査の指標

- A...1.0以上  
学校の生活をするのに十分な視力です。
- B...0.7~0.9  
黒板の文字を見るなど学校生活では困りませんが、定期的なチェックが必要です。
- C...0.6~0.3  
教室の後ろから黒板の文字が見えにくい視力です。
- D...0.2以下  
教室の前のほうでも黒板の文字が見えにくい視力です。

## ちゆういよくけんさ 聴力検査



おと き ちから けんさ  
音を聞く力の検査をします



- ヘッドホンをつけます。
- 音が聞こえてきたらボタンを押します。
- 片方の耳の検査のあと、もう片方の耳の検査をします。

た けんさ じごう しょうがい  
その他の検査は次号で紹介します！