

ほけんだより

【4月号】



令和4年4月8日発行 大阪府立西野田工科高等学校 定時制の課程 保健室

4月は新しい始まりということで楽しい反面、すべてが新しいことの始まりで少し疲れてしまうことも…。長引くコロナ禍で、思うような学校生活を送れなかったな—と思っている人もいるかもしれません。4月は季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあります。無理せず、気持ちをラク～にいきましょう♪

1. 定期健康診断があります

4月14日(木)は、定期健康診断があります。遅刻や欠席をしないようにしましょう。定期健康診断は病気を早く発見したり、自分がどれくらい成長したかを知るために、年に1回行います。みなさんが自分の身体に関心を持って考えるきっかけになってほしいと思います。

2. 定期健康診断ではこんなことに注意してください

検尿 腎臓に病気がないか、糖尿病ではないかを調べます。登校したらまずトイレで採尿してください。



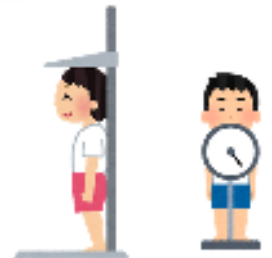
内科検診 心臓や肺、栄養状態、皮膚の状態を調べます。前日はお風呂に入って身体を清潔にしておきましょう。



歯科検診 むし歯や歯肉炎、歯垢、歯並びなどを調べます。検査の前にはうがいをしておきましょう。口紅をつけている人は、検診の前にふき取っておいてください。



身体計測 身長と体重を測定します。服を着たまま測定するので、ポケットは空っぽにしておきましょう。



視力検査 メガネやコンタクトレンズは、つけたままで測定します。忘れずに持ってきてください。



聴力検査(※1・3年生のみ)

低い音や高い音が聞こえるか、専用のヘッドホンをつけて測定します。検査会場では静かにしましょう。





3. 保健室から3つのお願いです

(1) 行くときは声をかけて

保健室に行こうと思ったら、必ず先生やクラスメイトに伝えてから来てください。
(突然いなくなると先生やクラスメイトが心配します)



(2) 物は勝手にさわらない

応急処置の道具や測定器具などを使いたいときは、保健室の先生に声をかけてください。
(使い方を間違えてけがをしたり、道具が壊れたりするとたいへん)






(3) 使ったら元の場所へ

使った物は、次に使う人のために元の場所へ戻してください。
保健室から借りた物も、使い終わったら忘れずに返却してください。

4. みなさんに紹介したい人がいます

今年度お世話になる、学校医の先生方を紹介します。

健康診断や環境検査などで来られるので、お会いしたらしっかりあいさつしましょう。

 <p>【内科】 百済 尊彦 先生</p>	 <p>【歯科】 片岡 宏之 先生</p>	 <p>【薬剤師】 栗田 信郎 先生</p>
--	--	---

さいごに私は、養護教諭の香坂 佳奈子 といいます。

動物と音楽と沖縄が大好きで、お気に入りのユーチューバーは『ハイサイ探偵団』です。

保健室では、みなさんが学校生活を楽しく快適にすごせるように、健康づくりをお手伝いして
いきたいと思っています。みなさんどうぞよろしく願います。



メモ