

ほけんだより 4月

2024.4.8

大阪府教育センター
附属高校 保健室



4月は、新しいことが盛りだくさんです。**新しいクラス**や**新しい先生**…ワクワクするけれど、**環境**に慣れるまでは少し**緊張**する事もありますよね。**疲れ**って、知らず知らずのうちに、思っているよりも溜まっていたりするものです。

「がんばりすぎて疲れたかな？」と感じたら、**家族**や**友達**、**先生**等周りの人に**話**をしてみたり、**のんびり**と**リフレッシュ**する時間も作りましょう。**保健室**にも何か出来ることがあればお手伝いさせていただきますね！今年度も1年間、どうぞよろしくお願いいたします。



日程は右記の通りです。くれぐれも、遅刻や欠席のないようにしてください！

4月16日(火)	検尿1次①
4月17日(水)	検尿1次②【予備日】
4月18日(木) PM	歯科検診【2, 3年生】
4月25日(木) PM	内科検診・身体測定
5月9日(木)	検尿2次①【1次未提出者と抽出者のみ】
5月10日(金) PM	耳鼻咽喉科検診【抽出者のみ】
5月29日(水)	検尿2次②【1次未提出者と抽出者のみ】
5月29日(水) PM	心臓2次検診【抽出者のみ】
5月30日(木) PM	歯科検診【1年生】
未定	眼科検診【抽出者のみ】

★欠席の人は後日各自で病院へ行って、診断結果報告書を提出してもらいます。その場合の費用は自己負担となります。

★また、各検診で所見ありのお知らせをもらった人も、病院での精密検査および診断結果報告書の提出をお願いします。

★健康診断(未受検者・所見ありの生徒の病院受診も含む)をすべて受けてもらわなければ、学校行事や日常の学校生活を送る上で大切な健康状態の把握が出来ません。
ご協力よろしくお願いいたします！

～センター附属高校の保健室について～

本校の保健室には、**養護教諭が2人**います☆



皆さんが安心して学校生活を送れるよう心身ともにサポートしていきます。
どうぞよろしくお願いいたします！



必読!!!

こんな時は保健室へ来てください!



体調が悪くて一時的に休憩したいとき

ケガの手当をしたい時

なにか相談したいことがあるとき

① 原則、授業中は来室しない!

授業の欠席が多いと進級・卒業が出来なくなります。一つひとつの授業を大事にすることを心掛けましょう。

どうしても我慢できない場合や授業中にけがをしてしまった場合は、教科担当の先生の許可を得てから来室しましょう。また、保健室での休養は**原則1時間**です。

② 先生に伝えてから来室しましょう!

『友だちに言って来た!』では、伝わらない場合があります。必ず自分の口で、担任または次の授業の教科担当に「しんどいので保健室に行ってきます」と伝えましょう。

③ 保健室は、病院でも薬局でもありません!

保健室は、あくまでもその場で起きた応急手当を行う場です。その後の治療や家庭で起きたケガは、家庭で処置や様子観察をし、必要に応じて医療機関を受診してください。

また、内服薬は一切出せません。人によっては、副作用でアレルギーを起こす危険性がある為です。特に持病がある人、生理痛や頭痛・腹痛を起こしやすい人は、自分で飲み慣れた薬を常備しましょう。マスクも渡しません。しんどければ自分で持ってくること!

④ 保健室では、お静かに…☆

しんどくなった人が休む場所です。用が済んだらすぐに退出し、騒がしくならないようにしましょう◎ 携帯電話の使用はもちろん、飲食も禁止です。