

保健だより

大阪府立りんくう翔南高等学校 保健室
令和7年4月8日発行
4月号

入学・進級おめでとう

2025年度がスタートしました。17期生の皆さん、入学おめでとうございます。新生活に期待やワクワクで満たされている一方、初めてのこと・覚えることが多く、毎日慌ただしい日々を送っていることでしょう。気持ちがはやりがちですが、オーバーペースは禁物。無理せず、今の環境にあった生活リズムをつかんでいってください。

そして2・3年生の皆さんは学年が一つ上がり、やはり新たな気持ちで張り切っていることでしょう。前のめりになりすぎず、気負わず過ごしてほしいと思います。

新しい環境や人間関係は、自分が感じる以上に心身の疲れを呼び込みます。年度初めから体調を崩したり、けがをしてしまったら、せっかくのやる気もしぼんでしまいます。しっかり食べて

これからの健診日程

- 4月11日(金)・・・心臓、X線検診(1年生のみ)
- 4月17、18日(木・金)・・・検尿(全学年)
- 4月24日(木)・・・定期健康診断(内科、身体測定)
- 5月8日(木)・・・定期健康診断(歯科)
- 5月9日(金)・・・欠席者健診(内科、身体測定)(4/24欠席者 個別連絡)
- 6月3日(火)・・・心臓2次検査(対象者個別連絡)
- 5月22日・6月4日(木・水)・・・検尿2次検査(対象者個別連絡)
- 6月18日(水)・・・欠席者歯科健診(5/8欠席者 個別連絡)

なぜ健康診断をするの？なぜ大切？

健康診断は、学校保健安全法第13条で定められた、学校行事です。

健康診断の主な目的

- 体の発育や発達の様子、健康状態を調べます。
- 病気や異常を早期に発見して、早期治療につなげます。
- 自分の体のことを知り、関心を持つきっかけになります。
- より健康になるための課題に取り組みます。



保健室のルール



1. 授業中に保健室を利用する際は、必ず、授業担当の先生に**保健室利用カード**をもらってから来室すること

×「先生保健室行ってくるー」ではなく、
○「～で保健室に行きたいので、保健室利用カードをください」と言ってカードをもらい、教室を退出してください！
2. 休養は原則として1時限(50分)です
3. 内服薬はありません。自分で準備をしましょう
4. 前日や過去のけが、学校以外でしたけがの手当てはできません
5. 早退許可について

×「先生、しんどいから帰りたいんやけど・・・」

→ **保健室では早退許可は出来ません！**

早退したい場合は、担任の先生の所に行きましょう。

保健室は、授業復帰のために休む場所です。



生理用品について

体育館を除く各トイレに生理用品を置いています。急な場合等、困った際は自由に使って構いません。なお、引き続き、保健室での貸し借りも行っていますので、ご利用ください。

