

保健だより 4月号



令和6年4月9日
大阪府立山田高等学校
保健室

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。中学から高校への進学というのは大きな変化ですね。楽しみが大きい人も、不安がある人も、人それぞれだと思います。それでOKです。焦らず、自分のペースで大丈夫なので、少しずつ山田高校に慣れていってくださいね。

2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しいクラスはいかがですか？ご縁があつてのメンバーです。グループにこだわらず、クラスのたくさんの人に声をかけ、気持ちの良いクラス作りをスタートさせてくださいね。笑顔とコミュニケーションは人間関係の潤滑油です♪

今年度の保健部の先生の紹介

保健のことで何か聞きたいことがあれば、保健部の先生に聞いてくださいね。

- ☆ (英語) …職員室
- ☆ (1年・国語) …職員室
- ☆ (2年・英語) …職員室
- ☆ (3年・英語) …職員室
- ☆ (音楽) …音楽準備室
- ☆ (理科) …物理準備室
- ☆ (保健体育) …体育準備室
- ☆ (養護教諭) …保健室

学校生活の中でケガをしたら、 災害給付金を受け取れます

授業中・部活動中・休憩時間・放課後・登下校中・部活の対外試合などの学校生活の中でケガをして病院を受診された場合、日本スポーツ振興センターから災害給付金を受け取ることができません。対象になるケガをされたときは、担任、部活顧問、または養護教諭にお問い合わせください。



総医療費が5,000円（自己負担3割の場合、窓口支払いが1,500円）以上が対象です。

申請する人は保健室で必要な用紙を渡しますので、昼休みか放課後に取りに来てください。

保健室のルール（自己管理ができることを目指していきましょう）

- ★保健室での休養は原則1時間です。1時間休養しても回復しない場合は早退となります。
- ★体調不良で休養した場合、基本的に部活動や放課後活動への参加は禁止です。早めに帰宅してゆっくり休養し、体調を整えることを優先してください。
- ★学校管理下でのケガは保健室で応急手当を行います。翌日からは各自で管理してください。
- ★コンタクト等のケア用品や頭痛薬等の内服薬は置いていません。各自で準備・管理してください。



保健室からのメッセージ

思春期というのは、いろんな変化が起こります。体の変化、心の変化、人間関係の変化、環境の変化…等。「今までとなんか違う、どうしたらいいんだろう…」と、悩んだり、怖くなったり、立ち止まったりすることもあると思います。どんな感情も大切なあなたの感情です。他の人と比較する必要は全くありません。あなたはあなたの感情としっかり向き合ってください。なぜなら、どんな感情にも大事な意味があるからです。

ここで約束してほしいことは、一人で抱え込まないこと。友達、家族、担任、顧問、保健室、話しやすい先生等にぜひ相談してください。人は話すことで気持ちが楽になることが多いです。そして、もっと早く相談すればよかった～と思うことも多いものです。保健室では、「相談したいことがあります」と声をかけてくれれば、昼休みや放課後に時間を作ります。ぜひ一歩を踏み出してくださいね。



今年度の教育相談の先生の紹介

気軽に声をかけてくださいね。

- ☆ (教育相談主担) …職員室
- ☆ (支援コーディネーター) …音楽準備室
- ☆ (首席) …体育準備室
- ☆ (生徒指導部長) …生徒指導室
- ☆ (1年担当) …職員室
- ☆ (2年担当) …職員室
- ☆ (3年担当) …職員室
- ☆ (養護教諭) …保健室
- ☆☆☆ 教頭先生 …職員室

金曜日の午後(月に1~2回)、スクール
カウンセラーさんも来校されています。



保健物品について

1階 技能員室にあるもの

- ・ゴミ袋
- ・トイレトペーパー
- ・ハンドソープ

2階 職員室にあるもの

- ・手指用アルコール

先生に言うもの

- ・雑巾
- ・掃除道具

1階保健室にあるもの

- ・マスク(要返却)
- ・生理用品

(どちらも、基本的には個人で準備してください。)

学校感染症による出席停止について



インフルエンザや新型コロナウイルス感染症等の学校感染症で出席停止になった場合、回復して登校する時に、登校許可証(ホームページからダウンロード可)の提出が必要になります。対応がわからない感染症の場合は、担任または保健室まで問い合わせてください。