

保健だより 保存版



令和7年4月10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。2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しいクラスはどうか？ドキドキしている人も多いと思いますが、ご縁があつてのメンバーです。大切なことは『私はOK！ あなたもOK！』からスタートすることです。この『OK』という前提がないと、マウント意識やグループ意識が強くなりすぎ、ギスギスした雰囲気になることがあります。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いってくださいね。笑顔とあいさつは大切な潤滑油ですよ♪



1. 日本スポーツ振興センターについて

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す。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。

- ① 申請する人は、自分で保健室に書類を取りに来る必要があります。
書類の説明に2～3分かかりますので、昼休みか放課後に来てください。
- ② 書類の不備が多く、確認をしてから受け取りますので、書類提出も昼休みか放課後としています。
- ③ 事故から2年以内に申請しないと時効になり、申請ができなくなります。早めに申請してください。
- ④ 通学中の交通事故は自動車損害賠償責任保険の手続きを取り、加害者から賠償を受け取ることになります。そのため、日本スポーツ振興センターは申請できません。事故にあったときは必ず警察に連絡しましょう。

2. 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、回復して登校する際に、登校許可証（山田高校 HP 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。

3. 保健室の約束ごと 保健室が安心・安全な場であるように、ルールを決めています。

- ★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できません。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。
- ★急な体調不良・ケガ以外は、休み時間に来室してください。
- ★早退手続きは基本的に担任（不在時は担任団）が行います。早退希望の人は担任に申し出てください。保健室で早退手続きができるのは、養護教諭が早退を判断した場合のみです。
- ★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。
- ★保健室は飲食禁止（必要時の水分摂取は可）です。
- ★休養中のスマホ等の使用や勉強は禁止です（使用している場合は預かります）。

保健室からのメッセージ



思春期というのは、いろいろ変化が起こることが当たり前の時期です。心の変化、体の変化、人間関係の変化、環境の変化等々、特に新入生のみなさんにとっては、その変化はとても大きなものだと思います。「どうしたらいいんだろう…」と立ち止まったり、悩んだり、ちょっと怖くなったりすることもあると思います。それは当たり前の感情で、決して『自分だけ…』ではありません。

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、保健室等、話しやすい人にぜひ話してみてください。『話したところで…』、『こんなこと話してもいいの…』と思うかもしれませんが、話すことで気持ちが楽になることは想像以上に多いのです。そして、もっと早く話しておけばよかった～と思うことも多いです。保健室では、声をかけてくれれば、昼休みや放課後に時間を作ります。気負わず、気軽に来てくださいね。

4. 保健関連物品の場所

ゴミ袋	トイレトーパー	ハンドソープ	1階 技能員室
手指用アルコール			2階 職員室
雑巾	掃除道具		担任
マスク(要返却)	生理用品(急な時)		1階 保健室