



2024
4.9
高瀬中
保健室



新年度を迎え、新しい気分で、中学校生活に、臨んでいることと思います。今年度もからだのリズムを大切に、かしく、たくましく、心豊かな人として、成長できるよう、たくさんの方に挑戦してください。

来る前にひとこと

できれば、授業担当の先生や、周りの人に一言伝えてから、保健室に来てください。突然いなくなると、先生やクラスメートが心配します。



ケガをしたら、これだけは

傷口に砂などの汚れがついている場合は水道で洗ってから、血がたくさん出ている場合はハンカチなどで傷口を押さえながら、保健室へ来てください。



あいさつを忘れずに

入退室時はノックやあいさつをしましょう。

〇年×組の△△です
ありがとうございます
ごさいました



先生からのお願いです

保健室利用 マニュアル

継続的な処置はNG

休みの間のケガや、前にケガをしたところのガーゼの貼り替えなどは、お家でしてきてください。保健室で行うのは、応急手当だけです。



勝手にさわらない

応急手当の道具や測定器具などを使いたいときは、先生に声をかけてください。使い方を間違えて壊れたりすると、たくさんの方が困ります。



使ったら元の位置へ

使ったものは、次に使う人のために元の場所にきちんと戻してください。保健室から借りたものも、使い終わったら返却をお願いします。



さわがない

大きな声を出したりさわいだりするのはやめてください。体調が悪くて休んでいる人がつらい思いをしないように、配慮をお願いします。



健康診断スケジュール

| 項目 | 対象 | 実施期日 | 場所 | 実施時間・連絡事項 |
|-------------------------|--------------|----------|-----------------|---|
| 身体測定 | 全学年 | 4月16日(火) | 各教室 | 3・4校時 |
| 色覚検査 | 1年生の希望者 | 4月22日(月) | 保健室 | 昼休みに1-1、放課後に1-2 |
| 内科・結核・運動器検診 | 全学年 | 5月2日(木) | カウンセリング室 | 13:30~ |
| 尿検査(一次) (追加) (二次) | 全学年 | 4月23日(火) | 教室⇒保健室に(係が持参) | 容器は、22日(月)に配付します |
| | 未提出者 | 5月8日(水) | 保健室に提出 | 容器のない人には、7日(火)に再配布しますので、申し出てください。 |
| | 陽性者 | 5月21日(火) | 保健室に提出 | 容器は、20日(月)に配付します。 |
| 心電図検査 | 1年 | 5月21日(火) | 保健室 | 13:30~15:00 |
| 耳鼻科検診 | 1年全員と2・3年の一部 | 5月22日(水) | 保健室 | 13:30~ 耳鼻科検診の2・3年生については、保健調査で気になるところがある人のみ実施します。 |
| 歯科検診 | 全学年 | 5月30日(木) | 保健室 カウンセリング室 | 13:30~ |
| 眼科検診 | 全学年 | 6月28日(金) | 保健室 | 13:30~ |



内科 大野 雅子先生 大野医院
眼科 菊池 通晴先生 菊池眼科
歯科 根本 秀明先生 根本歯科医院
耳鼻咽喉科 堀 弘樹先生 堀耳鼻咽喉科医院
薬剤師 菅原 秀樹先生 調剤薬局ミッテル

学校医の先生にお世話になる検査日に休むことのないよう、健康管理には十分気を付けましょう。

~カウンセリングについて~

今年度も、小浜宣子先生がカウンセリングを担当されます。年間を通し、生徒全員のカウンセリングをお願いする予定です。

1ヶ月に3回程度来校されます。当日予定に入っていないなくても、先生に話を聞いてもらいたいという人は、小浜先生や担任の先生、保健の先生まで声をかけてください。



☆ 保健室が広がりました ☆

体や心が疲れてしまい、教室に行きづらくなってしまった生徒たちも学校生活を送れるよう、保健室の一部に学習室を設置しました。新年度の環境の変化で気持ちが学校に向かない人は、いつでも相談してください。自分に合った方法で学習したり、友だちと関わったりできるよう一緒に考えていきましょう。また、今までと同じように、体調が悪い人けがをしてしまった人などは、プライバシーを確保しながら対応していきますので、我慢しないで保健室を訪れてください。

養護教諭の鈴木真琴です。みなさんが心も体も元気に過ごせるよう応援します。気軽に保健室のドアをノックしてくださいね!

