

保健だより

令和3年5月

岡崎北高校 保健室



新学期が始まって1か月が経とうとしています。新しい生活には慣れましたか？朝晩の寒暖差やアレルギー等で、疲れや体調の変化を感じやすい時期です。休養日を作るなどして、心身のセルフコントロールを心がけましょう。

健康診断の予定

5月	6日(木)	眼科検診
	7日(金)	内科検診(1年)
	11日(火)	内科検診(3年)
	19日(水)	耳鼻科検診
	20日(木)	尿検査(一次)
	21日(金)	内科検診(3年)
	31日(月)	尿検査(一次) 予備

健康診断を受けるにあたって・・・

《前日まで》

◆持ち物(体操服・眼鏡など)を確認する。

《当日》

◆マスクは鼻までしっかりつける。

◆注意事項をよく聞く。

◆開始～終了まで一言もしゃべらない。

◆校医さんからの質問にしっかり答える。



保健室の利用について

保健室は、ケガをした時や、体調が悪い時、心配事がある時などに利用できます。体や心のことで相談したい時は、放課や授業後などの時間を利用して来室してください。

◆休養したい・・・

なるべく次の教科の先生や、担任の先生、クラスメイトに伝えてから来てください。保健委員の付き添いは必ずしも必要ではありませんが、体調が悪いときは、付き添いの人がいると安心です。

◆ケガをした時は・・・

傷口を水道水できれいに洗ってから来てください。傷口の消毒は行いません。状態に応じて保護するなどの応急手当を行います。なお、継続的な処置はできませんので、ガーゼや湿布の交換等は、自宅でしてきてください。

◆内服薬は・・・

内服薬は渡していません。必要に応じて、自分の飲み慣れた薬を、各自で用意してください。また、副作用やアレルギーなどが懸念されるため、友人間で薬の譲渡はしないでください。

◆原則1時間・・・

保健室での休養は、原則1時間までです。その後は、教室復帰か早退になります。

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

学校の管理下(登下校、授業中、部活動など)において、ケガ等をして医療機関を受診した場合、日本スポーツ振興センターの災害共済給付の対象になります(本人負担額が1,500円以上の場合)。

災害の状況を確認し、必要な書類を渡しますので、保健室へ取りに来てください。

制度の詳細については、入学時に配付している『新入生のしおり』に記載してあります。給付対象にならない場合もありますが、まずは気軽に保健室へ相談してください。