

ほけんだより 4月号

古知野高 定時制
保健室 4/8

1年生のみなさん
はじめまして。

保健室の吉村 菜緒です。

皆さんが毎日元気に
楽しい学校生活を送れる
ように、お手伝いさせて
いただきます。よろしく♪



新年度が始まりました。疲れがたまりやすかったり、環境の変化に無理をしたりすることがあると思います。困ったことがあったらいつでも声をかけてください。

学校に来る前は、体温測定！

★登校前に、体温や健康状態を確認しましょう。



- ・発熱（一般的に37.5℃以上）
- ・風邪症状（咳、のどの痛み、だるさ、息苦しさ等）がある

どちらかがある場合

症状がなくなるまで自宅で休養しましょう。



★登校したら、「健康チェック表」に体温、体調等を記入しましょう。

★マスク、ハンカチ、こまめな手洗いを、忘れないようにしましょう。

健康チェック表

（緑色、A4）

STで担任に提出する



鼻・口をしっかりとおおう



手をあらったあと



ハンカチは清潔に



石けん手洗い

カウンセラー：中原 千種先生

スクールカウンセラー来校のお知らせ

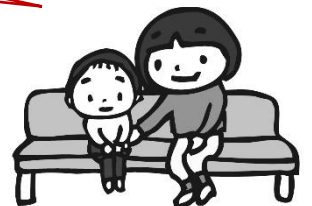
今年度も、月に1回程度、スクールカウンセラーが来校します。利用したい人は担任か養護教諭に声をかけてください。詳しい日程は後日お知らせします。

* カウンセリングを希望する人は、前日までに保健室まで知らせましょう。

* カウンセリング時間は、一人当たり授業1時間分（40分～45分）が目安です。

* カウンセリングを受けている間の授業は、欠課になります。授業を欠席、または途中で抜ける場合は、あらかじめその教科の先生にカウンセリングを受けることを伝えましょう。

からだのつかれ、こころのつかれ…



はなしてみても

保健室での約束



■ 保健室は午後5時以降に
利用できます



■ 静かに過ごしましょう



■ 体調不良で教室にもどることが
難しい場合は、早退になります。



■ 来室するときは、授業の
先生に伝えましょう

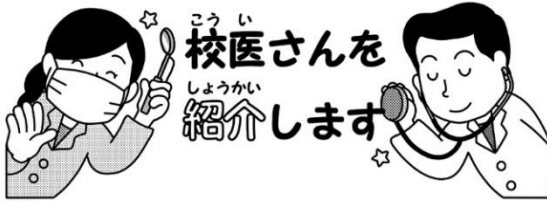


■ 内服薬はありません
(自分に合った薬を持参しましょう)




■ 室内での飲食、携帯電話の使用、
香水の使用はひかえましょう

健康診断のお知らせ



内科医：石川 眞一先生（江南厚生病院）
 歯科医：杉本 英之先生（すぎもと歯科）
 耳鼻科医：丸尾 猛先生（丸尾耳鼻科）
 眼科医：加藤 美子先生（加藤眼科）

日時	内容	対象者	備考
4月9日（金）	身体計測、視力・聴力検査	全学年	持ち物：眼鏡（視力検査用） ★裸足になれる服装（身長計測用）
4月13日（火）	胸部X線・心電図検査	1年生のみ	★薄手のTシャツを着てくる 服装についての詳細は後日連絡
4月20日（火） 21日（水）	尿検査（一次）	全学年	前日に容器等を配布する 登校後すぐ、ST前に
5月11日（火）	尿検査（二次）	該当者のみ	回収場所へ提出すること 
6月3日（木）	尿検査（予備）		
4月22日（木）	耳鼻科検診	1年生+抽出者	登校前に耳掃除をしておくこと ピアス不可
5月25日（火）	眼科検診	全学年	カラーコンタクトレンズ不可
5月27日（木）	歯科検診	全学年	登校前に歯みがきをしておくこと
6月7日（月）	内科検診	全学年	★薄手のTシャツを着てくる

※胸部X線検査、心電図検査の予備日については、該当者に後日お知らせいたします。