

4月のほけんだより

親和中学校・親和女子高等学校
令和5年4月 保健室

入学、進級、おめでとうございます。



新しい環境、新しい友達にワクワク・ドキドキしている人も多いのではないのでしょうか。

張り切りすぎて疲れてしまわないように、自分のペースで新しい生活をスタートさせてくださいね。

笑顔いっぱいの学校生活が送れますように…



保健室の

養護教諭 きかわだ 黄川田 薫

岡田 美由紀

看護師 福元 志津香

です。

皆さんが心も体も健康で過
ごせるようにサポートして
いきます。

よろしくお願いします。

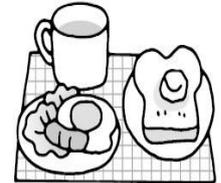
◆朝ごはんをしっかり食べよう！

慣れない朝の準備でバタバタ・・・時間が
ない！と朝ごはんを食べずに登校している人
はいませんか？朝ごはんは、体を目覚めさせ
るスイッチで、1日のエネルギー源にもなり
ます。栄養のあるものをしっかり食べましょ
う。

勉強もスーッと頭に入り、集中できますよ。

◆引き続き“感染予防対策”を…

引き続き、「各自で登校前の健康観察・手指の
消毒・換気・必要に応じたマスクの着用」など、
感染予防、感染拡大防止に努めましょう。



◆【あいさつ】がくれるプレゼント♥

「あいさつは大切」とよく言われます。それはあいさつがあなたにたくさんのプレゼントをくれるか
ら。例えば・・・

★気持ちが前向きになる 嫌なことがあってもあいさつをすると爽やかな気分になれます。

自然と笑顔になっているかも！

★友達と仲良くなるきっかけに あいさつは会話のきっかけにもなります。沢山友達ができるかも！



◆日本スポーツ振興センターの給付金について



学校管理下（授業中・休み時間・登下校・部活動および合宿・宿泊旅行等）で起こったケガなどで病院に
かかり、保険証を使用して、総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払額が1,500円）以上支払った場合、
日本スポーツ振興センターに申請すれば審査の上、給付金が支払われます。本校では、中1・高1の入学時に、
同意書により全員が加入しています。保健室まで、連絡して下さい。

【◆ 保健室で用紙をもらう⇒医療機関・各自で記入⇒保健室に提出⇒センターへ申請】

受診した月から2年間請求を行わなければ給付を受けられなくなりますので、ご注意ください。

◆1学期の健康診断日程

注)感染症などの影響で、予定が変更になることもあります。

2023年度 年間行事予定表							
4	A週	17	月	<ul style="list-style-type: none"> 昼休み予定… 終礼後～予定… 	⇒中2・中3 ⇒中1・高1・高2	⇒保健委員会 と 英語教室準備 ⇒保健委員会 と 各検診会場準備	⇒英語教室の机を廊下に出す作業 ⇒多目的教室・大会議室・講堂舞台上
		18	火	2限・3限	高1	身長体重、四肢、視力、歯科、聴力、心電図、【高1のみレントゲン撮影】	講堂、大会議室、多目的教室、英語教室、生物教室
				5限・(6限途中)	中1	☆ 講師・食堂・汲温会・給品部 教職員レントゲン ⇒ 12:40～14:00 予定	
		19	水	2限	中3	身長体重、四肢、視力、歯科、聴力	講堂、大会議室、英語教室、生物教室
	3限			中2	身長体重、四肢、視力、歯科		
	5限			高3	身長体重、四肢、視力、歯科、聴力		
	6限	高2	身長体重、四肢、視力、歯科				
	B週	24	月	5～6限予定	高2/中2/高1	眼科検診 【検診順 5限～高2→中2→高1】	大会議室
25		火	5～6限予定	高3/中3/中1	眼科検診 【検診順 5限～高3→中3→中1】	大会議室	
5	B週	9	火	昼休み予定	全学年	検尿容器配布	保健室
		11	木	2限開始までに	全学年	検尿 1次 ①	保健室前廊下
				5限～6限予定	高3+高2の2～3クラス	内科検診 辻本校医先生	多目的教室
	12	金	2限開始までに	全学年	検尿 1次 ②	保健室前廊下	
	A週	17	水	5限～6限予定	中3+中2の2～3クラス	内科検診 坪井校医先生	多目的教室
		18	木	5限～6限予定	高1+高2の2～3クラス	内科検診 辻本校医先生	多目的教室
19		金	5限～6限予定	中1+中2の2～3クラス	中1は脊柱側弯検診 (モデルダ別撮影) 内科検診へ/中2は内科のみ 坪井先生	多目的教室(奥)&会議室1 多目的教室(手前)	
6	B週	5	月	3限～	高1	耳鼻科検診 貴名校医先生	大会議室
				5限～	中1		
	A週	7	水	2限開始までに	全学年	検尿 1次③ / 検尿 2次①	保健室前廊下
		16	金	2限開始までに	全学年	検尿 1次④ / 検尿 2次②	保健室前廊下
B週	19	月	3限～	中3	耳鼻科検診 貴名校医先生	大会議室	
5限～	高3						

1学期は、健康診断がたくさんあります。学校生活を送る上で大切な検診ですから、休まずにきちんと受けましょう。また、健康診断は自分のからだのことがよくわかるチャンスです。自分のからだの状態を知って、自分で体調管理ができるようになります。

◆健康診断の結果、詳しい検査や治療が必要と分かった人には「お知らせ用紙」を配ります。連絡のない場合は「異常なし」です。通知書をもった人は、医療機関で受診して下さい。そして、その結果を保健室まで届けてください。

