

保健だより 4月号

宮城県東松島高等学校
平成30年 4月 9日 No1

今月の保健目標

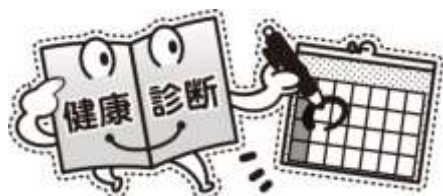
「自分の健康状態を知ろう」

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。新しくはじまる生活に期待と不安でいっぱいなのではないでしょうか。

在校生のみなさん、新しい年度を始める準備をしてきましたか？ 昨年度までの再検査はお済みでしょうか？ 健康診断でチェックさせていただきますね。

春は別れと出会いが多く緊張が続きます。もし、疲れたなというときは保健室にきてくださいね。

今年度の保健室は、^{たかやなぎあい}高柳愛と^{このまき}金野真記の2人体制でやっていきます。よろしくお願いします！



4月から健康診断が始まります。様々な検査を行って自分の体を知るチャンスです。今年度一年間を健康で快適なものにするために、自分自身のメンテナンスをしっかりと出来るようになりますようにしましょう。

4月	10 (火) 発育測定 (全生徒) I部 10:00~ II部 在校生 15:00~ 新入生 16:10~ III部 20:00~ ☆III部の新入生は II部の新入生の時 間に行います。	17 (火) 歯科健診 (全生徒) I II部 13:15~ III部 17:30~
	11 (水) 循環器検診 (入学生・昨年度未検者) I II部 13:15~ III部 14:45~	19 (木) 耳鼻科健診 (入学生) I II部 13:25~ III部 17:35~
	16 (木) 結核検診 (入学生) I II部 13:15~ III部 17:25~	18 (水) 眼科検診 (I II部 全生徒) I II部 13:30~
	23 (月)・24 (火) 尿検査回収 (III部) 24 (火)・25 (水) 尿検査回収 (I II部)	24 (火) 眼科検診 (III部 全生徒) III部 17:30~
	8 (火) 内科健診③ I II部 13:15~	27 (金) 内科健診① I II部 13:30~ III部 17:35~



健康診断の結果、専門医での受診が必要な人へ通知を出します。通知をもらった人は、それを持ってなるべく早く病院へ行ってください。

校医さんを紹介します

内科 眞壁秀幸 先生 (眞壁病院)
内科 永沼 徹 先生 (永沼ハートクリニック)
眼科 劉 孟林 先生 (やもと眼科)
耳鼻科 石垣元章 先生 (いしがき みみ・はな・のどクリニック)
歯科 赤石孝司 先生 (さんかくデンタルクリニック)
薬剤師 阿部幸造 先生 (あべ薬局)



保健室

保健室には、体調の悪い人やケガをした人など大勢の人が来室します。利用するときは、ルールとマナーを守ってみんなが快適に過ごせるように協力してください。

保健室を利用するときは・・・

- ① 入室時・退室時にはあいさつをしましょう。
- ② 保健室内の備品・薬品等には勝手に触れません。使用したいときは、必ず養護教諭に確認してください。使った物は元の場所に戻しましょう。
- ③ 保健室内は、「飲食禁止」「携帯電話の使用禁止」です。
- ④ 保健室では内服薬は使用していません。（常備薬がある人は、持参してください。）
- ⑤ 体調の悪い人が多く利用する場所です。保健室内では静かに過ごしましょう。



<心の元気がないとき>

心配なこと、悩みごとなど…。一緒に考えていきましょう。話すだけでも少しは気が晴れるかもしれません。いつでも遠慮せずに話しに来てください。

<知りたいことがあるとき>

心や体、健康、病気、性、薬物、喫煙等について、聞きたいことがあれば相談に来てください。

<計ってみたいとき>

身長や体重、視力、血圧などが測定できます。気になったら計ってみてください。



独立行政法人日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について

学校生活を送る中で、「ケガをして病院へ行った」という場合があるかもしれません。その時の対応について説明します。みなさんには、学校生活の中でのケガや疾病等の災害によって受診すると、災害給付金の請求ができる保険（＝災害共済給付制度）に加入してもらっています。

対象となる条件がいくつかありますので、申請の手順とともに確認してください。

1. 条件

- (1) 授業中、休憩中、学校行事、部活動、登下校中のケガや疾病等
- (2) 窓口での支払いが1,500円以上（自己負担3割で）

2. 申請手順

- (1) 生徒本人が保健室へ書類を受け取りに行く。
- (2) 必要書類を保健室へ提出する（病院で記入してもらったものと、家庭で記入するものがあります。）。
- (3) 必要書類がそろい次第、養護教諭が手続きする。



15～17年次のみなさんへ

昨年度、ケガ等での申請のため、保健室から書類を提出するように言われた人の中に、まだ提出していない人がいます。思い当たる人は、すみやかに書類をそろえて保健室へ提出してください。給付申請の期限は2年です。



SC(スクールカウンセラー)・SSW(スクールソーシャルワーカー)

本校では、SC2名とSSW1名がみなさんの学校生活をサポートします。SCは、みなさんの様々な悩みの相談に応じ、助言をするなどケアを行います。SSWは、みなさんが抱える問題に対して、みなさんの立場から問題解決ができる環境づくり（家庭環境や人間関係等）を進めます。

どちらも、誰でも相談できますので、必要に応じてSAや養護教諭、担当者（鈴木義彦先生）へ声をかけてください。相談内容は厳守します。