



元気だより 4月号

H31. 4. 10

岡山県立水島工業高等学校保健室



入学、進学おめでとうございます。新しい環境、新しい人間関係は、楽しみや発見がある一方で、自分が思っている以上に、心身の疲れを呼び込むことがあります。オーバーペースにならないように、無理をしすぎず、生活リズムを整えていきましょう。

元気だよりでは、健康に関する情報をはじめ、生徒保健委員会の活動やその他タイムリーな情報を毎月お届けします。よろしくお願いします。

健康診断が始まります

4月～6月にかけて健康診断を実施します。日程を確認しましょう。受け方や準備の詳細は、事前に元気だより特別号でお知らせしていきます。

検診項目		実施日	対象	時間
身体計測		4 / 15 (月)	全学年	3・4限
胸部レントゲン 心電図		4 / 23 (火)	1年生	5限～
検尿	1次	4 / 17 (水)・18 (木)	全学年	登校後すぐ
	予備日	4 / 25 (木)	未提出者	登校後すぐ
	2次	5 / 15 (水)・16 (木)	該当者	登校後すぐ
内科検診		4 / 18 (木)	2年生	13:10～
		4 / 25 (木)	1年生	13:30～
		5 / 9 (木)	3年生	13:30～
眼科検診		5 / 30 (木)	該当者	13:30～
歯科検診		6 / 6 (木)	全学年	13:15～
耳鼻科検診		6 / 14 (金)	該当者	13:30～

定期健康診断の目的

- ・体の発育発達の様子や健康状態を調べる
- ・病気や異常を早期に発見し、早期治療につなげる
- ・自分の体を知り、関心をもつきっかけになる
- ・健康になるための課題(健康目標)に取り組む



定期健康診断でのお願い

- ・見ない：集団でさまざまな健康診断を受けていきます。自分以外の人の結果をみたり、のぞくことのないようにしましょう。
- ・言わない：友達の体格や健康状態について意見をすることはしないようにしましょう。何気なく言った言葉も、傷つく人もいることを忘れないようにしましょう。
- ・心配しない：健康診断は、みなさんの今の健康を確認するものです。平均値や友達との結果を比べただけで判断しない。



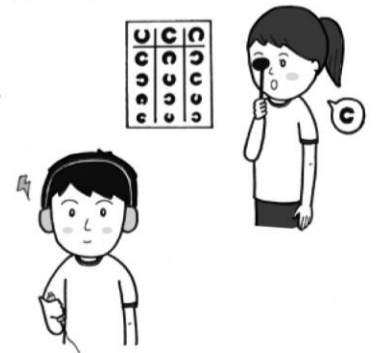
マナーアップ！健康診断！



各健康診断の項目には以下の目的があります

★学校の健康診断では、こんなことを調べます！

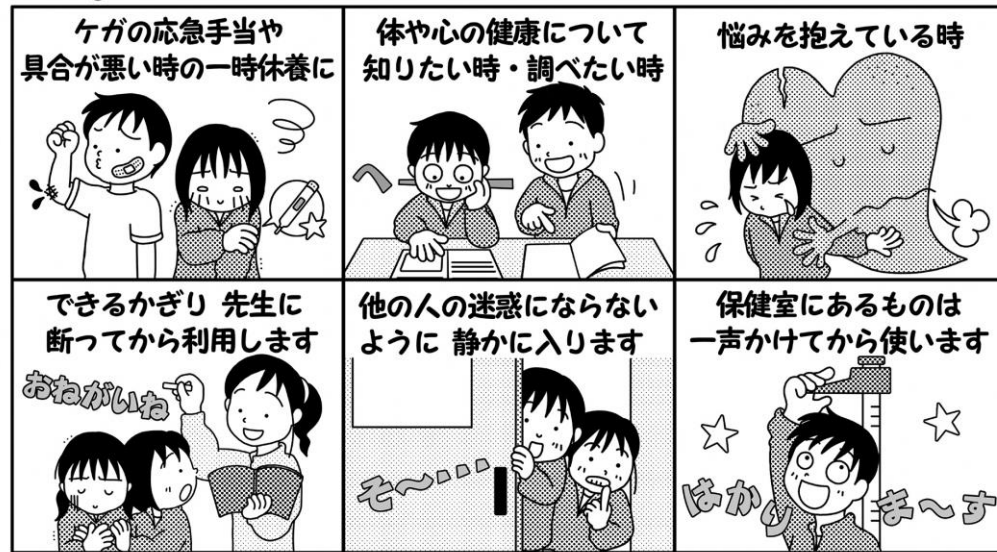
- 身体計測 身長、体重など体の成長の様子
- 内科検診 栄養がとれているか、心臓や肺の音、骨や皮ふの様子
- 運動器検診 骨や関節、筋肉に異常や病気がないか
- 眼科検診 目や目のまわりに異常や病気がないか
- 歯科検診 むし歯がないか、歯肉や歯垢の状態、歯ならび
- 耳鼻科検診 耳・鼻・のどに異常や病気がないか
- 胸部レントゲン 「結核」という病気にかかっていないか
- 視力検査 目がどのくらい見えているか
- 聴力検査 耳がどのくらい聞こえているか
- 心電図検査 心臓のはたらきに異常がないか
- 尿検査 じん臓病や糖尿病にかかっていないか



★裏面に続く★

保健室の利用について～こんなときに保健室に来てください～

みんなの保健室 ルールやマナーを守って 利用しましょう

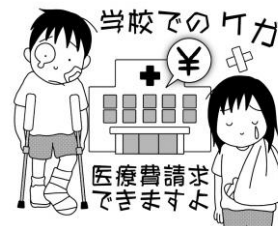


- * 薬（内服薬）は一切用意していません。
- * 休養は原則として1時間です。
- * 具合の悪い人が出入りするの、保健室内では静かにしてください。
- * 保健室内では養護教諭の指示に従ってください。

日本スポーツ振興センターについて

【災害共済給付制度】

- ★ 全員が加入しています。
- ★ 学校管理下(授業中・部活動中・登下校中)での災害(けが等)で、医療機関にて治療を受けた場合、スポーツ振興センターから医療費の給付を受けることができます。ただし、総医療費が 5,000 円以上(医療費3割負担の場合、自己負担額が 1,500 円以上)でないと、給付の対象になりません。
- ★ 支払い請求医の時効は、給付事由が発生してから2年間です。
- ★ 保険外診療(自由診療)、交通事故等対象にならない場合もあります。不明な点があれば、保健室までお尋ねください。



学校感染症の扱いについて

『インフルエンザ』は学校で予防すべき感染症とされ出席停止となります。インフルエンザにかかった場合は次の手続きを行ってください。

- ① 水工の HP から治癒証明書の用紙をダウンロードする。(学校から郵送も可能)
- ② 治療をしていただいた医師に治癒証明書の用紙に記入してもらう。
- ③ 登校時に治癒証明書を担任に提出する。

★ 治癒証明書を提出した場合、出席停止扱いとなり、欠席・欠課になりません。

【その他の主な学校感染症】

百日咳、麻疹(はしか)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、風疹、水痘(水ぼうそう)、咽頭結膜熱、結核、髄膜炎菌性髄膜炎、腸管出血性大腸菌感染症、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎など

【ホームページでのダウンロード場所】

水工ホームページ→右側の『治癒証明書』



* 今年もみなさんが元気に過ごせるよう、保健室からお手伝いさせていただきます *

