

# はまけんだより 4月

新年度がスタートしましたね。新入生は新しい学校生活が始まります。新しい友達や先生との出会いも待っています。在校生は、上級学年に進級します。たくさんの「新しい」に出会う皆さんは、ワクワク・ドキドキの連続ではないでしょうか？

早く慣れようと焦って疲れてしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。保健室からも、皆さんを応援していきたいと思ひます。



今年度も4月から健康診断が始まります。

月日	検診内容	備考
4.11 (水)	身体測定	全生徒対象 昼間主 10:20~12:00 夜間主 17:30~18:00
4.16 (火) 昼 4.18 (木) 夜	尿検査第1回	全生徒対象 (第2回は第1回の未提出者) 受付時間 昼間主 11:10まで 夜間主 17:30まで
4.17 (水) 昼 4.19 (木) 夜	尿検査第2回	
4.18 (木)	心電図・結核検診	新入生対象 昼間主 13:30~ 夜間主 17:30~

※本校の健康診断は、プライバシー保護に配慮して、クラス毎男女別で実施しています。健康診断に関して、何か心配な点や不安があれば、保健室に申し出て下さい

令和6年4月10日(水) いわき翠の杜高等学校保健室発行

はじめまして!  
**保健室ってこんなところ**です  
みな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。一年間よろしくお願ひします。

## だれが使う?

だれでも使える場所です  
ただ、ケガ・体調の具合によって、順番通りに対応できないときがあります。思いやりの心で協力をお願いします!



## いつ使う?

こんなときは来てください  
ケガをした  
体調がわるい  
指輪等がある  
体を中心にしたい



## どうやって使う?

来室するときは先生に伝えてから  
守ってほしいルールがあります  
何も言わずにいくなると、周りのみんなが心配します。

保健室の中では静かに  
しんどくて休んでいる人がいるかもしれません。

ケガのことを教えてください  
「いつ・どこで・何をしていた」の情報でどんな手当てをするか判断します。

使うときは声をかけて  
保健室のものは勝手に触らず、使ったら元の場所に。

※保健室では、内服薬は渡していません。自分の体や症状にあった薬を自分で用意してください。

裏面に保健室の利用のルールを載せておきましたので、各自確認してみんなが安心できる場所にしていきましょう。



< 保健室の利用の仕方について >

- ① ケガの場合、緊急の場合を除いて、授業に支障のないようになるべく休み時間等に利用するようにしてください。  
ただし、体調不良の場合には無理せず、養護教諭に相談してください。(体調不良者を優先的に対応します。)
- ② テスト期間中においては、特別な事情を除いて、急病以外の保健室利用はできません。
- ③ 休養や相談については、原則として15分を目安とします。(状況により、45分休養としますが、その後も回復が見込まれない時は早退等して自宅休養をお勧めします。)
- ④ 保健室を利用した生徒は、「保健室利用カード」を受け取り、授業担当者へ渡してください。
- ⑤ 養護教諭が不在の時は、担任の先生が対応します。