

保健だより

発行：県立青谷高等学校保健室 <4月号>

新学期がスタートしました。楽しい気持ち、不安な気持ち、みなさんそれぞれに様々な思いがあると思います。新しい生活に慣れるためには、生活リズムを整えることが大切です。緊張から疲れもでてくる時期でもあります。体調管理に気をつけて、楽しんで過ごしましょう。

健康診断は、自分の体を知るチャンス！



健康診断は、みなさんが元気に学校生活を送れるように、「病気がないか」「生活で注意するところはないか」「問題なく成長できているか」などを確認するために大切なことです。

1年に1度しかない健康診断です。ただ検診を受けるだけでなく、どのようなことを調べるのか、また自分がどのような状態なのか知り、健康でいるための手がかりにしてほしいです。高校を卒業して社会に出たら、自分の健康を自己管理する力が求められます。そのためにできることを考える機会にしてください。

令和7年度 定期健康診断日程

4月	14日(金)	身体測定(全年次)
	16日(水)	心電図検査・結核検診(1年)
	17日(木)	内科検診(3年)
	24日(木)	内科検診(2年)
	22日(火)~24日(木)	尿検査(全学年)
5月	21日(水)	歯科検診(全年次)
	22日(木)	内科検診(1年)
	30日(金)	眼科検診(1年次は全員受検。2・3年次は問診票から対象となる人を決定します。)

定期健康診断の結果、受診が必要な場合は通知します。令和6年4月より、18歳以下の医療費が無償化(無料)になっています。通知をもらった人は、早めに受診をし、結果を学校にお知らせください。

※当日欠席した場合は、別日程で受検することになります。

令和7年度
学校医の先生方のご紹介

健康診断や環境衛生検査(飲料水検査、空気検査など)でお世話になります。

学校医	おおつ 大津	ちはる 千晴	先生(石田医院)
学校眼科医	おかもと 岡本	こうすけ 興亮	先生(鳥取市立病院)
学校歯科医	かきや 牆屋	ともゆき 智之	先生(せいきょう歯科クリニック)
学校薬剤師	いのうえ 井上	ちあき 千晶	先生(はまむら薬局)

裏面もあります

保健室の利用について

～どんな時に利用すればいいの？～



利用する時のルール

①あいさつ、用件をしっかりと言う

入室時は「年次・クラス・名前」を伝え、いつどこでどうしたのか(どのように体調が悪いのか)を詳しく教えてください。

②保健室に行くときは、教科担当の先生に伝えてから

自分で直接、教科担当の先生に伝えてください。

③保健室での休養は、原則1時間

1時間休養して回復しない場合は、早退することになります。

④けがの処置は、当日のみ

保健室でのけがの処置は、応急処置です。継続の処置はしません。

⑤薬はありません

必要な医薬品は、自分で準備・管理をしてください。



**保健室は誰でも利用ができる「みんなの場所」です。
ルールを守って、みんなが気持ちよく使える保健室にしましょう！**

独立行政法人日本スポーツ振興センターについて

学校の管理下でけがなどをした場合に、保護者に対して給付金(災害共済給付)を支払う制度です。学校管理下とは、登下校、部活動、体育などの授業でのけがなどです。

スポーツ振興センターの対象となる場合は、原則、特別医療費受給資格証は使用せず、保険診療の一部負担金である3割相当額をお支払いください。関係書類は保健室で準備しています。



養護教諭の山口香織です。

青谷高校2年目です。

今年もみなさんが毎日健康で楽しい学校生活が送れるようサポートしていきます。よろしくお願いします。

