

保健便り

発行：県立八頭高等学校保健室 <4月号>

新しい年度がスタートしました。4月～6月は、定期健康診断の時期となります。
みなさんの健康状態を把握するために行います。自分自身の心身の状況に関心を持って、正確に、的確に定期健康診断を受けることが大切です。そして、定期健康診断実施後、受診が必要な人は、早めに受診をしましょう。

なお、本年度の定期健康診断の予定は表のとおりです。

定期健康診断 日程(予定)

4月	12日(火)	身体測定(全学年)
	12日(火)	内科検診(3年)
	14日(木)	心電図・X線検査(1年)
	21日(木)	歯科検診(3年)
	26日(火)	内科検診(3年)
	27日(水)	内科検診(2年)
	28日(水)	歯科検診(2年)
5月	10日(火)～12日(木)	尿検査(全学年)
	17日(火)	内科検診(2年)
	18日(水)	内科検診(1年)
	19日(木)	歯科検診(3年)
	25日(水)	内科検診(1年)
6月	8日(水)	歯科検診(1年)
	15日(水)	心と体の健康相談(希望者)
		歯科検診(1年)
	16日(木)	眼科検診(問診抽出)

健康診断を正しく受けるために



当日(または当日まで)に
気をつけること

- ☒ 歯みがきをていねいにしておく
- ☒ 爪を切っておく
- ☒ メガネやコンタクトレンズを忘れないように
- ☒ 決められた服装があれば忘れずに
- ☒ 耳そうじをしておく
(傷つけないように注意)

定期健康診断の結果、受診が必要な場合は通知します。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。

本年度お世話になる先生方

学校医	岸 良光 先生	学校歯科医	小濱 裕幸 先生
学校医	岸本 昌宏 先生	学校歯科医	谷口 雅人 先生
学校医	宮崎 義則 先生	学校歯科医	八幡 真司 先生
学校薬剤師	森田 洋午 先生		



保健関係書類提出に係わる封筒を用いて、保健関係の書類等をお渡しします。
学校に提出する際は、保護者確認印あるいはサインをし、保健連絡用封筒に入れて提出をお願いいたします。また、封筒は卒業するまで使用します。大切に扱ってください。

学校でケガをしたときは
災害共済給付制度
を利用できます



総医療費5,000円（自己負担3割の場合、支払いが1,500円）以上が対象です。学校管理下でケガをして受診したときは、早めに保健室にお知らせください。

独立行政法人日本スポーツ振興センター

災害共済給付について

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度とは、児童生徒等が学校の管理下で「けが」などをした時に、保護者に対して給付金（災害共済給付）を支払う制度です。書類は、保健室でお渡しします。また、月ごとの提出になるので、翌月に療養が継続になる場合は、新しい用紙が必要です。保健室までお知らせください。なお、**公費負担医療制度（子ども医療助成制度など）**も活用できますが、**日本スポーツ振興センターの災害給付制度が優先となりますので、原則保険診療の一部負担「3割相当額」をお支払い**くださいますようお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症について

現在も、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続いています。変異株であっても、基本的な感染症予防対策は変わりません。1人ひとりが意識をして、日常生活を送りましょう。

①毎日の検温と健康観察

- ☐ 熱はないか
- ☐ かぜ症状等の身体症状はないか

*体調不良等があれば、無理をせず休養し、かかりつけ医に相談してください。

②マスクの着用

- ☐ 正しいサイズで、すき間なく着用しているか
- ☐ 鼻出しマスク、顎マスクになっていないか

*できるだけ**不織布マスク**を使用しましょう。
*マスクを着用しても、**距離を保ち**ましょう。

③換気の徹底

- ☐ 常時換気をしている、または、30分に1回以上換気しているか（1回5分間を目安に）

保健室から

保健室の山口と中尾です。本年度もよろしくお願いします。皆さんが心も体も元気になれるようサポートしていきます。心や体に関することで、何か相談したいことや聞きたいことがあれば、いつでも保健室までお出でください。

