



保健だより 4 月号

-素直で明るくたくましく-



令和6年4月18日
県立八頭高等学校

八頭高校の生徒信条「真摯明朗」「克己盡力」を平たく言うと、「素直で明るく、心身ともにたくましい」だそうです。ここから、副題を「素直で明るくたくましく」としました。

生徒支援部では、生徒の皆さんが安心して学校生活を過ごせるような支援をしていきたいと考えています。心配なことや配慮してほしいことがあれば、遠慮なく申し出てください。

睡眠と朝食摂取で、基本的な生活習慣を整えよう

今年度は「基本的な生活習慣を整える」特に「睡眠、朝食摂取」に力を入れたいと考えています。また、卒業後の自立をめざして「自分で考えて、生活習慣を整える。自己管理できる」ことを高校生活の中でも実践していきましょう。保護者の皆さんも、ご協力をお願いします。

【学校保健目標】基本的な生活習慣を確立し、自らの健康に関心を持ち、自分で考えて主体的に心身の健康づくりに努める。

【本年度重点目標】基本的な生活習慣を整える。学校で安心して過ごせる環境づくり。

- ① 基本的な生活習慣を整える（十分な睡眠、毎日の朝食摂取に心がける）。
- ② 疾病の早期治療と毎日の体調管理で、明るく学校生活を過ごすことができる。
- ③ 自らの環境を整え、清潔で気持ちのよい学校環境づくりに努める。

体調を整えて、明るく元気に登校しよう

適切な健康管理のために、学校医の指摘があった生徒に対しては、「通知」を行います。指示事項に従い、必要があれば受診をしていただきますようお願いします。医師の指示事項に応じて、適切な配慮を行います。年度途中に、配慮が必要となった場合も、遠慮なく申し出てください。

◇ 学校医の先生方をご紹介します。

【学校医（内科）】	岸 良光 先生
	岸本 昌宏 先生
【学校医（眼科）】	宮崎 義則 先生
【学校歯科医】	小濱 裕幸 先生
	八幡 真司 先生
	足立 祐介 先生
【学校薬剤師】	森田 洋午 先生

定期健康診断の日程

- ・1年 心電図・レントゲン撮影 4月22日
（体操服が必要です。忘れずに持参しましょう。）
- ・全学年 尿検査 5月8～10日
- ・希望者 眼科検診 6月7日
- ・内科検診 学年ごとにお知らせします。
- ・歯科検診 学年ごとにお知らせします。

◇校内担当（生徒支援部 保健係、教育相談・特別支援教育係）

- ・保健室：清末 昭子（養護教諭、保健体育主事）、叶井 美保（教育相談・特別支援教育専任）
- ・相談室：岸田 道明（教育相談・特別支援教育主任）、尾方 寛子（教育相談・特別支援教育専任）
- ・スクールカウンセラー：大空 信（毎週月曜日） ・スクールソーシャルワーカー：松田 優子
ご相談は、随時受け付けます。1年間、よろしくお願いします。（毎月木曜日）