

ほけんだより 4月

佐賀県立厳木高校
保健室
2023.4.28

令和5年度がスタートし、早1カ月が経とうとしています。学校や新しいクラスには慣れましたか？1年生は初めてのことや覚えることが多く、毎日慌ただしいと思いますが、無理をせず、今の環境に合った生活リズムをつかんでいってください。2、3年生は、学年が1つ上がり、やはり新たな気持ちで張り切っていることでしょう。新しい環境や人間関係は自分が感じる以上に心身の疲れを呼び込みます。張り切り過ぎず自分のペースでいきましょう。保健室も皆さんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートしていきます。



きゅうらぎこうこう ほけんしつりよう ＜厳木高校 保健室利用のルール＞

① 保健室で休みたい授業の先生に許可をもらいにいきます。

② 授業の先生から許可が出たら、職員室にある黄色の保健室利用許可書をもってきてください。

保健室利用許可書	
私、()年()組()号	
名前()は、	
()月()日()限目、	
体調不良	気分不良
(どちらかに○をつける)	
のため、保健室を利用したいので、許可をお願いします。	
担当職員()	(印)

※緊急時以外は、①と②は守ってくださいね♪

教えてほしい 4つのこと



ケガをして保健室に来たときは…

いつ どこで

何をしていた

どうなった

を教えてください。

ケガの状態によって、どんな応急手当をするか、病院に行って治療したほうがいいのか判断します。ゆっくりで大丈夫。きちんと自分の言葉で伝えてね。

- ・保健室での休養は基本的に1時間以内です。
- ・保健室では、飲み薬を渡すことはできません。
- ・保健室は病院ではありませんので、応急処置はできますが、継続の治療はできません。

お世話になる

学校医の先生



よろしくお願いします！

内科	しんやしきびょういん 新屋敷病院	たにぐち たかはる 谷口 孝治	先生
歯科	おおうぶし か 大浦歯科	おおうぶ かずのり 大浦 一典	先生
耳鼻科	ほんじょういん 本城医院	ほんじょう しろう 本城 史郎	先生
眼科	かとうがなか 加藤眼科	かとう ひろひこ 加藤 博彦	先生
薬剤師	あさひやく あさひ薬局	まつい ゆうき 松井 佑貴	先生

☆保健室の紹介☆

すえつぐ まいこ
末次 麻衣子

ほんこう おんめ
(本校4年目)

いちばら ともみ
市原 智美

ほんこう おんめ
(本校3年目)

みなさんと一緒に新しい1年を迎えられることをうれしく思っています。よろしくお願ひします。

★R5年度の健康診断日程表は4月10日に配布しておりますのでご確認ください！！

～保健室はこんな場所です♪～

ケガの手当て
をしてくれる
 体調が悪いときに
休める
 悩みを
相談できる
 体や心について
聞ける

保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。
 「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、
 遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。

～保護者の方へ～

気になることがあるときは…！

お子さんの様子で少しでも気になることがあるときは、ぜひ「具体的に」伝えてください。

いつもと違うところは？

- 朝、検温したら〇℃だった
- いつもは〇〇だけど、今日は〇〇だった

など

おうちでの様子は？

- 朝から機嫌がわるく、登校をしづんでいた
- いつもより強く叱ってしまい、落ち込んでいた

など

連絡先は？

- 当日、すぐに対応可能な連絡先

特に登録している緊急連絡先と
 違う場合は必ず伝えてください

❖各検診の結果を終わったものから順々に配布をしております（視力・眼科・耳鼻科については配布済）。ご家庭でお子様と結果を確認していただき、受診・治療が必要な人は早めの受診・治療をお願いします。すぐに受診し異常がなければ不安を抱える時間を減らせます。また、もし治療が必要とわかった場合も早期発見・早期治療で症状が軽いうちに短期間で治せる可能性が高まります。よろしくお祈いします。受診されましたら、受診報告書を提出してください。

❖6月まで検診が予定されております。検診がある日は、なるべく欠席がないようお願いいたします（欠席で受診できない場合は、後日個人負担で受診していただくこととなります）。検診前日は、ご家庭で早めの就寝のお声掛けなどしていただくと助かります。

～5月のスクールカウンセラー来校予定日のお知らせ(^^)♪～

5月10日（水）・5月25日（木）・5月30日（火）となっています。
 面談の希望があらわれましたら担任又は保健室までご連絡ください。