

保健通信



令和6年4月8日 発行
滋賀県立八幡工業高等学校
保健室



新学期がスタートしました。2・3年生の皆さん、進級おめでとうございます。
充実した高校生活を過ごすためには心身ともに健康であることが大切です。
『健康』は自分自身で管理するもの。今年も保健室では、皆さんが健康に
過ごすことができるようサポートしていきます。保健室に来たときは、一緒
に体や心の調子について考えましょう。

健康目標

『すこやかな身体・豊かな心』～主体的な心と健康づくりを求めて～

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
相談する



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。

守ってください 保健室のルール

- ① 保健室へ入るときは「年・組・名前・用件」を伝えてください。
- ② 応急手当は、当日のケガに限り行います。
- ③ お薬（頭痛薬や風邪薬など）はありません。
頭痛やおなかの調子が悪くなりやすい人は、自分で薬を用意しておきましょう。
- ④ 基本的に休養は行っていません。学習活動に参加できない場合は早退となります。
体調が悪いとき、まずは保健室に相談に来てください。

～みんなが快適に過ごせるように、マナーを守って利用しましょう～

保健室 紹介



保健室は教室棟1階にあります。

きもと ほなみ
養護教諭の 木本 帆南 です。（生徒課）

よろしくお願いします😊

みなさんの健康や成長をサポートします。一緒に考えましょう。

健康診断の日程

日時	検診名
4月10日（水）	1年生身体測定（視力・身長・体重・聴力）
4月11日（木）	1年生心電図検査・結核検診 ※半袖体操服または無地のTシャツ着用 ※肩に髪がかからないようまとめる
4月16日（火）	検尿1次（1日目）
4月17日（水）	検尿1次（2日目）
4月18日（木）	歯科検診
4月25日（木）	歯科検診
5月10日（金）	内科検診
5月20日（月）	内科検診
5月24日（金）	内科検診
5月27日（月）	内科検診
5月28日（火）	検尿2次（1日目）
5月29日（水）	検尿2次（2日目） 内科検診



学校医

小西 眞先生（小西医院）
山本 克與先生（山本医院）

学校歯科医

磯部 祥久 先生（磯部歯科医院）
倉垣 武彦 先生（くらがき歯科医院）

学校薬剤師

白井 敬士 先生（さくらみや薬局）

保護者の方へ おねがい

学校の健康診断は、異常や病気が隠れていないかをふるいにかけるスクリーニングの役割があります。
保健室から、お知らせを受け取った人は早急に病院を受診し、必ず医師の診断を受けてください。
学校からお渡しする書類の作成には、病院により文書料が発生する場合があるためあらかじめご了承ください。

欠席などにより、最終的に学校での健康診断を受けられなかった場合は、実費で病院を受診していただく必要が生じる場合があります。なるべく出席できるよう、ご家庭でも体調管理に努めてください。



朝の健康チェック

学校生活を元気に送るヒケツは、自分の体と心の状態に気を配り、小さな異常に早めに気づけるようにすること。

学校に行く前の健康チェックを習慣づけましょう。

卒業後の社会生活を見据え、高校3年間で健康の自己管理ができるようになりましょう。

登校前

- ☒ 体調不良がないか確認する。
(よく眠れたか、食欲はあるか、いつもと違う症状はないか、便通はあるかなど)
- ☒ 朝ごはんをしっかりと食べて登校。

登校後

- ☒ 体調に不安・違和感があるときは、朝のSHRで担任の先生へ報告する。
- ☒ 体調が悪いときは保健室へ。

日常生活

- ☒ 早寝・早起き・3食しっかり食べて、日中は活動的に過ごし、生活リズムを整える。

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。

学校の管理下(授業中・休み時間・部活動・登下校など)でけがをして病院を受診した場合、医療費の給付が受けられます。

『受診したら保健室に報告に行く!』と覚えておきましょう。

- ① 医療費の公費負担制度により、窓口で医療費を支払わないご家庭も一部支給されます。
- ② 申請～給付までは、3か月前後かかります。ご了承ください。
- ③ 給付については銀行振り込みとし、手数料は給付金から差し引かせていただきます。
- ④ 保健室で書類の受け渡しを行います。
自己申告ですので、必ず保健室へ来てください。

もし、近くで人が倒れたら・・・すぐに先生を呼びましょう!

AED(自動体外式除細動器) 聞いたことはありますか?
心肺蘇生など、倒れた人の救急処置に使用するものです。
人が倒れた時や AED を取りに行くよう指示されたら、
すぐに走れるよう、場所を確認しておきましょう!



教育相談のお知らせ

教育相談は、いろいろと悩んだとき相談できる場・支援の場です。疲れたりしんどいと感じるとき、親にも、友達にも相談できず、1人で悩み苦しんでいるとき…困っている君を支援します。



スクールカウンセラー(SC): ^{すわ}諏訪 先生

『スクールカウンセラーと面談』と聞くと、「そんな人に話すことはない」「絶対そんなところには行かない」と思った人はいませんか? 難しく考えなくても大丈夫です。相談室は『心の整理箱』のようなもの。悩みの無い高校生活なんてありません。ちょっとした悩みや気になることでも結構です。気軽に活用してください。

※月に2回ほど来校されます。保護者の方も利用できます。

※ゆっくり話したいときは担任の先生や教育相談担当の先生、保健室に申し出て予約してください。

教育相談担当 若林先生(国語科) 川崎先生(電気科) 木本先生(保健室)

感染症に罹患した場合

学校感染症(インフルエンザ・コロナ・感染性胃腸炎・麻疹・風疹・おたふく風邪など)に罹った場合、**主治医の判断により出席停止**になります。

その場合、登校後で結構ですので、学校に学校指定の証明書および欠席届を提出してください。(文書料が発生する場合がございます。ご了承ください。)

インフルエンザ及び新型コロナウイルスについては、**学校指定の連絡用紙による、保護者からの連絡のみ**とします。**罹患したことがわかる書類(病院の領収書や薬局の処方箋など)の写しを添付**してください。(※令和6年4月1日現在)

その他

◎お預かりした保健関係の個人情報については、保健室で厳重に管理しています。

◎住所や緊急連絡先など変更があった場合は、保健室までご連絡ください。

◎早退や病院受診等でお迎えをお願いする場合がございます。ご協力ください。

◎健康診断の名簿作成のため、検査機関へ情報提供を行う必要があります。ご理解ください。

◎もし、大きなケガや病気をされた場合、学校生活において配慮が必要な場合は学校へご相談・ご報告ください。状態により診断書や学校生活管理指導表の提出をお願いする場合があります。