

玖珠美山高校の保健室って どんなところ？



玖珠美山高校入学、おめでとうございます。本校では、みなさんが、さまざまな活動などを通して、心豊かで心身ともに健康でたくましい美山高生になれるように、保健・安全教育や健康管理を行うために、「保健室」が設置されています。



1. 症状を把握し、今どうすることがよいかを判断するために・・・

① 症状について個人カードに記入します。(主観的情報)

いつから ⇒ どこが ⇒ どんなふうに ⇒ どうなったか など

② 症状の観察を行います。(客観的情報)

○ 健康観察 ○ 体温測定 ○ 脈拍測定 ○ 血圧測定 など

③ 処置や指導を行います。

○ 様子観察をする ○ 休養する ○ 応急処置をする ○ 早退する など



2. 保健室利用について

- ① 利用できる時間帯は、**休み時間、昼休み、放課後**です。(掃除時間は利用できません。)
- ② 原則授業中は利用できませんが、緊急時などは**授業担当者が許可した場合は利用**できます。(その時は、保健委員に付き添ってもらいましょう。)
- ③ **保健室の利用時間は、1時間(授業時間を基準)**です。
- ④ 授業時間を半分以上(50分の場合は移動を考慮して20分以上)保健室で休養した場合は、『**欠課**』となります。
- ⑤ 利用する時は、担任と授業担当者に**必ず伝えて来室**してください。
- ⑥ 教室に戻る際に、『**保健室利用証明**』を渡しますので、**休んだ授業の担当者に渡し**ましょう。
- ⑦ 急な病気などにより早退を希望する場合は、**保健室で症状の観察や検査**を行います。その後、早退させるかどうかは、HR 担任が**結果を見て保護者に連絡がついたときに判断**します。
- ⑧ **登校中や授業中のケガ**は、**初回のみ対応**しますが、継続的なものや家でのケガは**対応**しません。
- ⑨ **内服薬や湿布薬は渡していません**(持病のある人・頭痛・生理痛等のひどい人はいつも薬を持参して登校)。

3. 保健室利用時のマナー

- ① **ドアをノック**して入りましょう。(中で休んでいる人がいるかもしれません。)
- ② 入室したら、失礼しますと言い、**学年・組・名前・来室理由**をはっきりと言いましょう。
- ③ **複数では、来室しない**。(緊急時の付き添いは除く。)
- ④ 退出するときは「**ありがとうございました**」と言いましょう。



4. 健康相談

- ◆ 「誰にも言えない心や体の悩みがある・・・」
- ◆ 「いじめられていて、辛い・・・」
- ◆ 「なんだかイライラして、気持ちがすっきりしないなあ・・・」
- ◆ 「家の中でいろいろあって、きついなあ・・・」 など



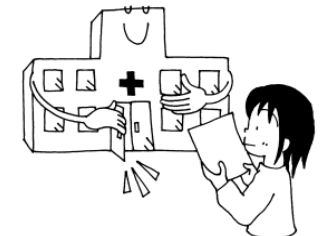
もし、悩んだり、困ったりした時には、ひとりで苦しんで悩まず、友達や担任の先生に相談してみましょ。高校生にとって、一人で考えることも大切ですが、誰かに相談する勇気も必要です。時には、保健室をのぞいて気軽に相談してみましょ。

5. 日本スポーツ振興センターの手続きについて

学校管理下での負傷や疾病において、下記の規定を満たしていれば、日本スポーツ振興センターへの給付金の請求手続きができます。

- 規定1: 授業中、学校行事、休憩時間、部活動、登下校中等の学校管理下の負傷や疾病。
 規定2: 窓口支払いが1500円以上のもの(徴収される金額がすべて医療保険の対象の場合)
 ただし、ケガの発生状況等によって、給付を受けられない場合があります。

- ※ **必ず担任や部活動顧問に報告**し、手続きの相談をしてください。
 ・申請には、時効がありますので、**すぐに申し出るよう**にしてください。
 ・必要書類が揃えば、**申請後2～3ヶ月で給付金が支給**されます。

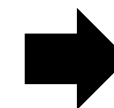


6. 登校前の健康観察

高校生活の基本は、「**自己管理**」です。自分の心と体を自分で守るためには、**自分の健康状態をよく知**っておく必要があります。「**おかしいな**」と感じたら、まず、家の人によく相談してから登校しましょう。登校してすぐ保健室、すぐ早退ということがないようにしましょう。また、**学校で具合が悪くなったかどうか(連絡先の確認等)を、家の人と話し合っておくと安心**です。早退するときは家の人と連絡がつかないときは**早退できません**。

※ 登校前にこんな症状があるときは、家の人とよく相談しておきましょう!

- ◆ 37℃以上の発熱があるとき
- ◆ 嘔吐や吐き気、下痢がひどいとき
- ◆ せき・くしゃみが激しいとき
- ◆ 頭痛があるとき
- ◆ 食欲がなく、胃痛・腹痛があるとき



- ◇ 授業を受けられるか
- ◇ 登校後、悪化した場合はどうするか
- ◇ 薬を飲んだら大丈夫か
- ◇ 受診をして、登校できそうか
- ◇ 学校を休むか

保健室では、皆さんが自分で心身の健康管理ができるようになるために、サポートしたいと考えています。困ったときには、いろいろな先生方や友達に相談しながら解決する手段を一緒に学んでいきましょう。

