

保健だより 4月

平成 29 年度 第 1 号
大分県立大分豊府高等学校 保健室



進級・入学おめでとうございます。色とりどりの花が咲き、気持ちの良い季節を迎え、皆さんも心身ともに新たな気持ちで新学期を迎えていることと思います。この時期は体調をしっかり整えられるよう心がけましょう。本年度もよろしくお祈いします。

健康診断がはじまります



毎年 4 月～6 月にかけて、下表のさまざまな検診が行われます。検診日が近づいた時、生徒の皆さんに向けてお知らせをしますので、準備するものを忘れないようにしてください。

4 月の予定です。
5 月以降はまたお知らせします。

平成 29 年度 生徒健康診断

月 日	検診内容	いるものなど
4月 19日 (水)	2 年内科検診①	上のみ冬の体操服
4月 20日 (木)	2 年内科検診②	
4月 24日 (月)	1 年レントゲン	
4月 25日 (火)	検尿 1 次	全校生徒・教室で回収します
4月 26日 (水)	1 年内科検診①・3 年身体測定	内科は上のみ冬の体操服。 身体測定は上下体操服で、体カテストと同時進行です。
4月 27日 (木)	1 年内科検診②・2 年身体測定	
4月 28日 (金)	1 年身体測定	

保健室よりお知らせ

1 名新たな養護教諭が入りましたのでお知らせします。今年度は矢野・内田の 2 人でみなさんの健康を守っていきたく思います。よろしくお祈いします。



自分の言葉で伝える



ある休み時間。保健室の戸が突然開き、無言で入ってくる生徒。おもむろにイスに腰かけ、ボソッと「頭痛い」のひと言を発して、また沈黙…。こんな光景にしばしば出くわします。

体調がよくないと気分も落ち込み、話がしづらくなりますね。でも、保健室に来たときは「いつから」「どこが」「どうして」「どんな具合か」を、なるべく自分の言葉で知らせてほしいのです。それはルールやマナーといった理由だけでなく、そのときの体調を最もわかっている本人から聞くことで、素早く適切な対応に結びつける…そんな意図もあります（上記の例でも、どんな理由なのかわかりません）。

もし「何となく」でも、そのまま「『何となく』です」と教えてくれればOK。みんなでルールやマナーを守ってみんなが利用しやすく、そして、一人ひとりのニーズに応えられる保健室でありたいと思います。1年間どうぞよろしくお願いいたします。

☀ 朝は自分の健康観察を！ ☀

小学生の頃は、みなさんの健康観察をおうちの方がしてくださっていたと思います。そろそろ自分で自分の状態を把握し、健康管理ができるようにしたいですね。そこで、まずは毎朝、次の項目をチェックするようにしてみましょう。



- 熱やだるさはないか
- 頭痛や腹痛はないか
- 咳やのどの痛みはないか
- 下痢や便秘をしていないか
- 睡眠は十分足りているか
- 食欲はあるか
- 元気ややる気はあるか

保護者の方へお願い

ご入学・ご進級おめでとうございます。

新学期になり、保健室から以下の点をお願い申し上げます。

- 登校後にケガをしたり、体調を崩したりした場合は、お子さんの容態や症状の程度によっては、お迎えをお願いすることがあります。確実に連絡が取れるようお願い申し上げます。
- 保健室では「今日」「いま」起こったケガの応急手当を行っています。ご家庭でのけが、長期の治療・対応が必要なけがにつきましては、ご家庭での対応をお願いいたします。