



千葉市立稲毛高等学校
千葉市立稲毛高等学校附属中学校
保健室

新しい学校、新しい友人、新しいクラス。これからの日々が楽しみでドキドキする反面、緊張や不安からのドキドキもあるのではないですか？

「うまくやっていけるかな？」でも安心してください。不安なのはみんな同じ。最初の一步は、笑顔のあいさつから！(☺☺☺)



健康診断が始まります

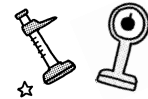
＜4月 健康診断スケジュール＞

- 13日(水) 尿検査(全生徒対象)
- 14日(木) 尿検査予備日
- 20日(水) 胸部X線検査・心電図検診(高校1年生)
- 21日(木) 歯科検診(高校2年生)
- 27日(水) 尿検査1次追加・2次
内科検診(中学3年生)



学校生活を楽しく過ごすために「健康」は必要不可欠です！ 1年に1度行われる健康診断を“**自分の体や生活習慣を見直す機会**”として活用してください。

健康診断終了後、内科・眼科・耳鼻科については、異常の疑いがあった人にも、歯科については全員に結果をお知らせします。何か異常のあった人は、早めに専門医を受診するようにしてください。



平成28年度から、健康診断が変わります！！

- ① 「座高の測定」と小学生が実施していた「寄生虫卵検査」がなくなります。
- ② 「**運動器検診**」が新しく始まります。



運動器は、からだを支えたり動かしたりする器官のこと。骨・筋肉・関節などです。その運動器に異常がないかを見つけるための検診です。

- **運動不足の人は**…からだがかたかったり、しゃがんだり、片足立ちができないなどの症状があれば、けがや故障を起こしやすくなります。
- **運動過多の人は**…特定のスポーツを長くやっている人に、スポーツ障害が多くみられます。障害が一生残らないよう、早期に発見して治療することが必要です。

★ **体育の時間に運動器の動きや痛みのチェックをします。その後、内科検診の際に、学校医さんに診ていただきます。受診のお知らせをもらったら、早めに整形外科へ行きましょう。**

お世話になる学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方の紹介

健康診断や学校環境衛生検査などで、今年度1年間お世話になります。

診療科目	お名前		
内科	永島 幹夫 先生	(海浜パーククリニック)	
	八木 毅典 先生	(八木内科クリニック)	
	吉川 真太郎 先生	(千葉マリンクリニック)	
耳鼻科	高柳 博幸 先生	(高柳耳鼻咽喉科)	
眼科	津山 嘉彦 先生	(うたせ眼科)	
歯科	藤本 修一 先生	(藤本歯科医院)	
	矢部 仁 先生	(矢部歯科医院)	
	村田 洋之 先生	(村田歯科医院)	
	荒井 泰子 先生	(小林歯科医院)	
薬剤師	丸山 留美 先生	(ビッグ薬局)	



本年度より、
耳鼻科の校医さんとして、
高柳耳鼻咽喉科
高柳博幸先生
にお世話になります。

こんな時は保健室へ来てください



✧ 体調が悪くて休養したいとき ✧

保健室での休養は1時間が原則です。休んでも体調が回復しないときは、早退することになります。

授業中に利用したいときは担当の先生に伝えてから来てください。



✧ けがをしたとき ✧

応急手当をします。治療が必要な場合は医療機関を受診してください。



✧ 体について知りたいとき ✧

身長計・体重計・座高計・視力表は誰でも使えます。



体や健康について気になること、知りたいことがあるときにも利用してください。

✧ 相談したいことや悩みがあるとき ✧

体のこと、友人のこと、家族のこと…。話をすると、もやもやした気持ちが整理できて、少しすっきりすると思います。どうぞ声をかけてくださいね。



出席停止について

以下の疾患と診断された場合や疑いがある場合は、「出席停止」扱いとなり、「欠席」にはなりません。登校する際には、「**登校許可証明書**」が必要となります。この証明書が医療機関に置いていない場合は、本校HP保健室のページからダウンロードできますので、ご活用ください。

出席停止となる主な病気

- ・インフルエンザ ・感染性胃腸炎 ・溶連菌感染症 ・流行性耳下腺炎(おたふく風邪)
- ・百日咳 ・麻疹(はしか) ・風疹 ・水痘 ・マイコプラズマ感染症 ・伝染性紅斑
- ・咽頭結膜熱(プール熱) ・流行性角結膜炎 ・急性出血性結膜炎 など



これらの感染症にかかった時は、できるだけ早く学校へ連絡してください。疑わしい時は、登校を避け、自宅で様子を見て、必要に応じ、医師の診察を受けるようにしてください。

登下校中・学校でのけがについて

学校の管理下でけがをしたり、病気になったりして医療機関で治療を受けた場合、日本スポーツ振興センターから、医療費の給付が受けられる制度があります。

■ **学校管理下とは**… 授業中、休み時間、課外活動(部活動・校外学習など)、登下校中など。

■ **給付が受けられるのは**… 医療費が5000円以上(窓口3割負担分が通常1500円以上)の場合。

※保険適用外の医療費は給付の対象となりません。

■ **給付手続きは**… 保健室を窓口として行います。

担任や顧問の先生に報告した上で、保健室に来てください。

※ 災害共済給付の詳細は、本校HP保健室のページをご覧ください。



保健室より

保健室には、昨年度に引き続き、3人の養護教諭がいます。

みなさんが元気に勉強したり、運動したり、行事に参加したりするために基本となる「こころとからだの健康」のお手伝いをしていきます。

この1年のみなさんの成長を見守ります。どうぞよろしくお願いします。

