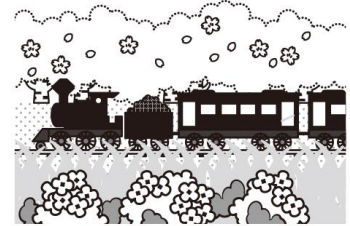


千葉市立稲毛高等学校  
千葉市立稲毛高等学校附属中学校  
保健室

## 入学・進級おめでとう

皆さんは「金魚鉢の法則」を聞いたことがありますか？

金魚は金魚鉢の大きさに合わせて体型が変わると言われています。「小さな金魚鉢では、小さな金魚のまま。大きな金魚鉢では、大きな金魚へと成長する。」これは人間にも当てはまるのではないのでしょうか。「目標」という器が大きいほど、人は大きく成長できる。人間は金魚と異なり、環境を選択できます。この1年間、小さな金魚鉢の中に入ったままの自分にせず、大きく成長して行ってほしいと保健室から願っています。



### 健康診断が始まります

〈4月・5月前半の健康診断スケジュール〉

- 4月 12日(金) 尿検査一次
- 15日(月) 尿検査一次予備日
- 16日(火) 心電図検査・胸部X線検査(高校1年生)
- 18日(木) 歯科検診(高校2年生)
- 24日(水) 内科検診(中学3年生)
- 26日(金) 身体計測・スポーツテスト
- 5月 8日(水) 尿検査二次
- 内科検診(中学1,2年生)
- 9日(木) 歯科検診(高校3年生)



健康診断が始まります。健康診断を「先生が言うからなんとなく受けている」人はもったいない。健康診断は自分の体について知る絶好のチャンスです。早期発見・早期治療につなげるチャンスでもあります。この機会を上手に活用しましょう。



### 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

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	矢部 仁 先生 (矢部歯科医院)
	村田 洋之 先生 (村田歯科医院)
	藤岡 隼 先生 (デンタルクリニック TMP)
	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)

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。



## 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。



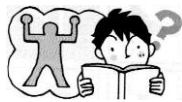
### ✧ けがをしたとき ✧

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。



## 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。



## 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。（なお、インフルエンザについては、医師の指導により、保護者が記入した「インフルエンザにおける療養報告書」を提出してもよい。）

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。

\*登校許可証明書の様式が変わりました！

平成31年4月より使用開始となります。ご確認ください。

### 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



## 保健室より

保健室には、昨年度に引き続き・・・

さきまき ともこ 佐々木 知子 ・ やいた ままこ 矢板 正子 ・ おおた さえみ 太田 沙絵美 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。

