



平成31年4月9日
鹿児島県立徳之島高等学校
保健室

入学・進級おめでとうございます。

新しい環境に楽しみ反面、少し緊張している1年生。進級して、気持ちを新たにいつそう頑張ろうと気合いの入っている2・3年生。そんな皆さんが充実した学校生活を送れるように、今年もからだと心のサポートをしていきます。

保健室へようこそ

元気に登校して頑張っている証拠なのか、年々保健室の利用は増えています。みんなが気持ちよく保健室を利用できるように、一人ひとりがルールを守ってくださいね。

① 担任・教科担任に一言伝えること！

黙って来室しないこと。



② 挨拶をしてから入室すること！

クラス・氏名を忘れずに。



③ 症状を伝えること！

いつ・どこで・何をしていた・どんなふうに



④ 応急手当をします！

一時的に休養したり応急手当をしたりするところです。そのため、継続した手当はできません。また、内服薬也没有ありません。



⑤ 相談にも応じます！

からだのことだけでなく、様々な悩みについて、一緒に考えていきます。「ほけんだより」にも情報を載せているので、活用してくださいね。

⑥ 保健室にあるものは一言伝えてから使うこと！

身長計や体重計を使うときは、そっと乗ってくださいね。また、本を読むときも声をかけてくださいね。

その他、保健室の利用は原則1時間です。必要があるときは検討して、早退などの対応をとります。また、授業中、休養等で保健室を1時間利用した場合は、欠課となります。

学校管理下でけがをした時 災害共済給付金 を利用できます

学校管理下でケガをして受診した場合、日本スポーツ振興センターに申請すると、災害共済給付を受けることができます。ただし、医療費の自己負担分の総額が1500円以上(医療点数500点以上)であることが要件です。医療機関で治療を行った際は、必要書類を渡すので、早めに保健室まで連絡をしてください。

《学校管理下とは・・・？》

授業中・部活動中・登下校中・休み時間・体育大会・修学旅行 など

※ 交通事故は対象外となります。

一人で悩まないこと！

担任や保健室でも相談活動は行っていますが、学校以外でも相談場所があります。進路や勉強、人間関係で困ったことがあるときは、気軽に相談してくださいね。

24時間子供SOSダイヤル
0120-0-78310
鹿児島教育ホットライン24
0120-783-574

携帯電話
スマートフォン
もつながります

食育の「いく(19)」で 毎月19日は「弁当の日」

徳之島高校では、毎月19日を「弁当の日」としています。日頃、業者から弁当を購入している生徒も、毎月19日は、手作り弁当を持参するように心がけましょう。昨年度は、朝、自分で作ってくる生徒もいましたよ。

健康診断が始まります

健康診断の目的

その1

健康面の問題をスクーリング

健康面の問題や病気の疑いがないか調べます。これを「スクーリング」と言います。確定診断ではないため、「疑い」があった場合、早めに医療機関を受診しましょう。特に3年生は、進学や就職に関わるときがあるので、早めの受診をお勧めします。

その2

自分の成長について知る

からだがバランスよく成長しているか確認します。生活習慣病につながるような肥満やダイエットがあるときは、食生活について考えたり運動習慣について見直したりするきっかけにしましょう。

その3

自分の体に関心をもつ

自分のからだや健康に関心をもつきっかけにして、健康になるための課題に日々取り組み、健康に過ごせるようにしましょう。

学校の健康診断で調べる内容

身体計測

身長・体重から成長の様子を確認

視力検査

文字や物がどれくらい見えているか

聴力検査

音や声がどれくらい聞こえているか

内科検診

栄養バランスの状態や心臓や肺の音、骨や皮膚の状態に異常はないか

尿検査

腎臓病や糖尿病の疑いがないか

心電図検査

心臓の働きに異常はないか

結核健診

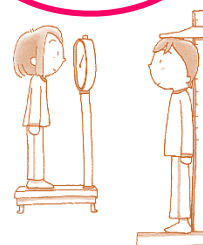
結核に罹患している疑いがないか

歯科検診

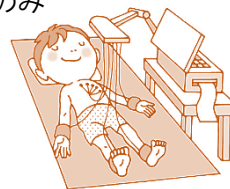
むし歯や歯肉、歯垢の状態に異常はないか

眼科検診

目や目の周りに異常はないか



1年生のみ



お世話になる学校医の先生です



内科	宮上 寛之	学校医
眼科	蔵本 直史	学校医
歯科	西田 裕光	学校歯科医
薬剤師	岸部 勝幸	学校薬剤師

心とからだの健康を支えてくださいます。健診の時、相談にも応じてくださいますよ。

1年を通して感染症の予防を！

学校は、多くの生徒が学ぶところです。勉強や部活動に一生懸命取り組むことも大切ですが、体調が悪いときはゆっくり体を休め、早く回復させることが大切です。特に、感染症に罹患した可能性がある場合は、医療機関などを受診し、体調が回復してから登校するようにしてください。