



令和6年4月 愛媛県立宇和高等学校三瓶分校 保健室

## 進級

おめでとうございます

今日から、新しい学年のスタートです。部活動の大会や各種行事の成功、進路実現に向けて、日々自分に必要な準備をしていきましょう。

健康診断が始まります

健康診断は、皆さんの疾病や異常の有無、成長の様子をチェックする大切な行事です。健康で充実した学校生活を送るために、自分の体を知り、必要に応じて体のメンテナンスを行いましょう。

### <保健行事等>

月	日	曜日	保健行事	該当者	連絡事項
4	10	水	スポーツテスト・身体計測5・6限	全校	・体操服、眼鏡（使用者のみ）
	17	水	尿検査① ※SHR後保健委員が提出	全校 希望者	・女子生理中の生徒は検査不可。 ・クラスの回収袋に尿を提出し、名票に〇印を付ける。
	18	木	内科検診5限	全校	・事前に眼科問診票を記入する。 ・当日は上半身体操服で受診する。
	23	火	尿検査② ※登校後各自提出 貧血検査13:40~	未提出者 希望者	・クラスの回収袋に尿検体を入れ、名票に〇印を付ける。 ・貧血申込書は4/12（金）までに提出。
6	4	火	歯科検診8:45~	全校	・当日の朝は特にていねいに歯みがきしておく。

### <内科検診について>

内科検診は、皆さんの栄養状態や脊柱・胸郭・四肢の状態、皮膚疾患の有無を調べるために視診や必要に応じて触診を行います。また、心臓の疾病及び異常の有無を調べる時に心臓の音を聴くため、聴診器を当てて心臓の音を聴診します。



### <学校医の先生を紹介します>

内科	玉井 研一 先生	三瓶病院
歯科	松本 隆一郎 先生	松本歯科
薬剤師	清水 えり子 先生	オレンジ薬局

今年度、皆さんの健康管理や環境検査に携わっていただく先生方です。検診の際は、気持ちのよい挨拶を心掛けましょう。



## 保健室の利用について

保健室は、皆さんと一緒に体や心の健康について考えていく“健康の総合センター”です。ルールやマナーを守って利用し、体と心の健康の維持増進に役立ててください。

### 1 けがや病気の応急手当

病院や薬局ではありませんので、治療をすることや内服薬は出せません。授業中や次の授業に出席できないような場合は、クラス担任又は教科担任に連絡して入室してください。

### 2 健康に関する情報センター

資料や書籍、検査器具等もありますので活用してください。

### 3 健康相談

体や心の問題はもちろん、悩みごと等があれば、なるべく休み時間や放課後に利用してください。気軽に相談に来てくださいね。

## AEDの場所を確認しておこう！



本校は、AEDを2台設置しています。一台は体育職員室前にあります。もう一台は、本館2階の廊下です。

今年度も、緊急時に誰もがAEDを使えるよう6月に「救急法講習会」を予定しています。いつ、だれに何が起きるかわかりません。いざという時に適切な対応できるよう、AEDや担架の設置場所をいつも頭の片隅に置き、行動に移せるようシュミレーションをしておきましょう。

### <保健室の紹介>

健康で安全な学校生活を送れるように皆さんのサポートをしていきたいと思っています。閉校年となりましたが、ともに笑顔で、よい日を積み重ねて行きましょう！

養護教諭

大高 志乃



### <スクールライフアドバイザーの紹介>

毎週水曜日の10時から17時まで、本館2階のカウンセラー室で教育相談をしています。

心の中にもやもやを感じたらその消し方を一緒に探しましょう。

スクールライフアドバイザー  
渡邊 宏子

