



4月になり、日差しも暖くなり、色とりどりの花が咲き始めました。新しい年度が始まりますね。ドキドキ、ワクワク、緊張でコチコチなど様々な気持ちがみなさんの中に入り混じっていることと思います。1日の中でリラックスする時間を上手に作りながら、少しずつ新しい生活に慣れていきましょう。



4月から健康診断が始まります。「自分がどれだけ成長しているか」「詳しい検査や治療の必要な病気はないか」「ふだんの生活で気をつけることはないか」などを知るための大切な行事です。健康診断を受けて、自分の健康状態を把握しましょう。

	受診日	1年次	2年次	3年次	4年次	受診時の注意
内科検診	4/8(金)	●				着脱しやすい服装で！ (ワンピースはNG)
	4/11(月)		●	●	●	
歯科検診	4/7(木)		●		●	登校前に丁寧に歯磨きをしてくる。
	4/14(木)	●		●		
聴力検査	4/20(水)	●		●		
身体計測 視力検査	4/18(月)	済	●	●	●	メガネやコンタクトレンズの人は、 はめてきてください。
腎臓検診	4/28(木)	●	●	●	●	起床時の尿を自宅で採って提出。
心臓検診 X線	4/18(月)	●				<u>無地Tシャツを中に着用してくる。</u> 長い髪は結ぶ。(ワンピースはNG)

※結果については医療機関への受診が必要な場合にお知らせします。



日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について



*学校でケガをして受診をしたときは・・・

みなさんは「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度」に加入しています。学校の管理下においてケガをして医療機関を受診した人は災害共済給付金の申請ができる場合があります。

申請できる場合

学校管理
下のケガ



授業中のケガ



部活動中のケガ



放課中のケガ



登下校中のケガ



ケガをして受診した人は、保健室へ申し出てください。必要な書類を渡します。

中央高校(昼間定時制)保健室の利用について

保健室は、本館2階 職員室の中 にあります。

*利用したい時は、職員室の入り口で用件を言いましょう。

「失礼します。プライド〇〇の〇〇〇〇です。」

「保健室を利用したいです。」

*休養は原則1時間までです。

<p>目的</p>  <p>ケガをしたときの応急手当</p>	<p>目的</p>  <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p>  <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p>  <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p>  <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p>保健室を利用するときの約束</p>  <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>	<p>注意</p>  <p>内服薬は出せません</p>	



腎臓検診(尿検査)の提出について

尿検査は、腎臓病と糖尿病の早期発見のために行います。これらの病気は初期では症状が乏しいことが多く、尿検査にて早期発見し、重症化を防ぐことがとても大切です。必ず提出しましょう。

日時



4月28日(木)

検尿回収日

忘れずに!

PHの時に回収をします。
月経の人は5/18(水)に提出してください。



尿検査があります



トイレにおいで
おこう

寝る前に
トイレを
すませよう



起床時のおしっこをとります

朝、おきたらすぐ
トイレにいこう



フタをしっかりとめて、
忘れずに学校へ

検査項目

尿糖・尿たん白・尿潜血

最初と最後の尿は紙コップに入れず、中間尿をとってね。

提出袋にプライド・番号・氏名を記入して入れてくる。