



名古屋市立中央高校
(昼間定時制)保健室
2023年4月

新年度が始まりました。新しい環境や新しい友だち…たくさんの「新しい」に出会い、ドキドキ・ワクワク、心が忙しい毎日ではないでしょうか。早く慣れようと焦ってしまうこともあると思います。でも、張り切りすぎて疲れてしまわないように、自分のペースで新しい生活をスタートさせてくださいね。



健康診断が始まります！ みなさんの体の様子を知るために、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。

	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	4/7(金)	●	—	—	—	着脱しやすい服装で！ (ワンピースはNG)
	4/11(火)	—	●	●	●	
歯科検診	4/6(木)	●	—	—	—	登校前に丁寧に歯磨きをしてくる。
	4/13(木)	—	●	●	●	
心臓検診	4/12(水)	●	—	—	—	<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)
胸部X線	4/18(火)	●	—	—	—	
聴力検査	4/13(木)	—	—	●	—	
	4/18(火)	●	—	—	—	
身体計測 視力検査	4/18(火)	済	●	●	●	メガネやコンタクトレンズの人は、着用してくる。
腎臓検診	4/28(金)	●	●	●	●	起床時の尿を自宅で採って提出。

※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。

★ あいさつ
★ プレゼント
★ が
★ くれ
★ てる

「あいさつは大切」とよくいわれます。それはあいさつがあなたにたくさんのプレゼントをくれるから。例えば…

気持ちが前向きになる

嫌なことがあったときも、あいさつをするとさわやかな気分になれます。自然と笑顔になっているかも！

友だちとなかよくなるきっかけに

あいさつは会話のきっかけにもなります。たくさん友だちができるかも！

.....

あいさつのコツは「自分から」すること。あいさつをされて気分が悪くなる人はいません。「いい天気だね」など、一言プラスできるとさらにいいですね。



中央高校(昼間定時制)保健室の利用について

こんな時は保健室へ来てください!



体調が悪くて一時的に休憩したいとき



ケガの手当をしたい時



なにか相談したいことがあるとき



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きましょう。

「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。



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とき、医療費の一部が給付される場合があります。公費負担医療制度を利用している人(支払いが0円)も対象となります。

申請できる場合(例)

- ・登下校中のケガ: 駅の階段で転んで捻挫した、自転車で転倒し打撲した。
- ・授業中等のケガ : 体育のバレーで突き指をした、扉で指をはさんだ。
- ・部活動中のケガ: 試合中に相手と接触して骨折した、ボールが目当たった。



この他にも対象となる場合がありますので、

ケガをして医療機関を受診した人は、保健室へ申し出てください。必要な書類を渡します。

