



4月のほけだより

名古屋市立中央高校
(昼間定時制) 保健室
2024.4

日差しが暖くなり、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日の中でのんびりする時間を作り、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	4/9(火)	●				着脱しやすい服装で！ (ワンピースはNG)
	4/12(金)		●	●	●	
歯科検診	4/11(木)		●	●	●	登校前に丁寧に歯磨きをしてくる。
	4/18(木)	●				
聴力検査	4/10(水)	●		●		ピアスははずしてきてください
身体計測 視力検査	4/18(木)	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。
尿検査	4/26(金)	●	●	●	●	起床時の尿を自宅で採って提出。
心臓検診 X線	4/16(火)	●				<u>無地Tシャツ</u> を中に着用してくる。 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。受診のお勧めをもらった人は早めに医療機関へ受診をお願いします。

※ 色の見え方については個人差があります。色の見え方が気になる場合は保健室に相談してください。

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。PHの時に提出しましょう。



検尿の提出日は4/26(金)です。

この日に出せない人は5/15(水)に提出してください。

☑ CHECK

前日の夜、寝る前にトイレに行っておきましょう

朝起きてすぐのおしっこをとります

少しだけおしっこを出してから、容器にとってください

中央高校(昼間定時制)保健室の利用について

保健室はこんな場所です (本館2階 職員室の中)

ケガの手当て
をしてくれる



体調が悪いときに
休める



悩みを
相談できる



体や心について
聞ける



保健室を利用する ときの約束

必要な時に必要な人が利用
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。



継続的な手当てはでき
ません。自宅ですてね。



内服薬は出せません。

- ★ 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。

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。

申請ができる場合

学校管理下
でのケガ



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。
給付金は原則、口座振り込みにて給付します。