

# ほけんだより 4月



十津川高校 No. 1



新入生・在校生のみなさん、入学・進級おめでとうございます。

楽しい気持ち、不安な気持ち、皆さんそれぞれに様々な思いがあることでしょう。新しい生活に慣れるには、まず生活リズムを整えましょう。緊張からの疲れが出やすい時期でもあります。体調の変化に気を付けながら、明るく楽しく過ごしていきましょう。



## 健康診断が始まります



15日(月)から健康診断が始まります。みなさんの健康状態を知るための大切な健康診断です。この機会に、身体のことをきちんと理解し、日々、健康な生活を送れるように心がけましょう。病気や異常のある場合は、連絡しますので速やかに医療機関を受診しましょう。

日時	検診等	備考
4月15日(月) 4限	身体計測	各教室・保健室・被服室
4月22日(月) 12:00~	1年歯科検診	被服室
4月23日(火) 12:00~	2年歯科検診	被服室
4月26日(金) 12:00~	3年歯科検診	被服室
5月 木曜日 SHR開始まで	尿検査	5月2日(木)を除く
5月 第2週 昼休み・放課後	1,3年聴覚検査	保健室
5月15日(水) 13:25~	1年内科・心電図検診	保健室・被服室
5月22日(水) 13:25~	2,3年内科検診	被服室
6月14日(金) 13:25~	1年・教職員結核検診	武助像前
6月28日(金) 9:55~	眼科検診	保健室

これ見て安心!

## 保健室の利用方法



① 保健室に来るときは、必ず次の授業の先生か、担任の先生に伝えましょう。

② 入室・退室時はしっかり挨拶しましょう。

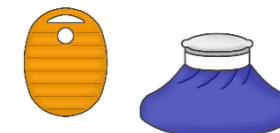


③ 入室時はノックをしましょう。保健室では、静かに過ごしましょう。

④ 保健室での休養は原則1時間です。



⑤ 借りたもの(湯たんぽ、氷のうなど)は必ず洗ってからその日のうちに返しましょう。



⑥ 保健室は無断での利用や飲食はできません。

⑦ 保健室では、応急処置はできますが、持続的な処置は行いません。ばんそうこうや、湿布などの消耗品は各自で用意しましょう。

保健室では、湯たんぽや氷のう、ひざ掛けなどを貸し出しているため、必要な人は休み時間中に借りに来てくださいね。

