

ほけんだより

4月号



城北つばさ高校(夜間部)
保健室



1年生の皆さん、入学おめでとうございます。そして在校生の皆さん、進級おめでとうございます。養護教諭の『藤田 菜月』です。皆さんが充実した学校生活を送れるように、保健室から応援したいと思っていますので、気軽に相談などもしてくださいね😊

また、4月からはさっそく健康診断が始まります。自分の体の健康を振り返って体調を整え、さわやかにスタートを切りましょう！



ほけんしつりょう ★保健室利用のきまり★

○こんな時は保健室へどうぞ

- ・体調が悪くなった
- ・けがをした
- ・悩み事がある
- ・健康に関することで心配なこと、知りたいことがある



○保健室のルール

- ①保健室でするケガの手当は、はじめの応急処置です。
前から続いているケガは、自分で処置をするか病院で手当してもらいましょう。
- ②保健室では薬は出せません。
薬が必要な人は、自分で持ってきてきましょう。
- ③保健室での休養は原則1時間までです。
少し休んだら授業に戻れそうな場合のみ休養します。1時間経っても良くならない場合は、早退して自宅ですぐに休みか病院を受診しましょう。
- ④保健室内での飲食、携帯電話・ゲーム機の使用は禁止です。
- ⑤保健室内へはゴミを持ち込んではいけません。





けんこうしんだん

健康診断がはじまります！！



けんこうしんだん じぶん からだ せいちょう からだ いじょう びょうき しら
健康診断では、自分の身体がどれだけ成長しているか、身体に異常や病気がないかを調べるため
だいせつ けんさ やす う
の大切な検査をします。休まずにすべてしっかり受けましょう！

れいわ ねんど ていきけんこうしんだんについて
●令和6年度 定期健康診断日程●

しんだいそくてい 【身体測定】 4/10 (水) ぜんいん 全員 	にょうけんさ 【尿検査】 4/25 (木)、26 (金) 5/16 (木)、5/30 (木) ST前に提出 ぜんいん 全員 	せん しんでんすけんさ 【X線・心電図検査】 4/15 (月) 17:20～ ねんせい 1年生 のみ 
じび かけんしん 【耳鼻科検診】 6/12 (水) 17:20～ ちんしん 問診による ちゅうしゅつしゃ 抽出者 	がん かけんしん 【眼科検診】 4/23 (火) 19:00～ ぜんいん 全員 	し かけんしん 【歯科検診】 5/9 (木) 17:20～ ぜんいん 全員 
ない かけんしん 【内科検診】 5/15 (水) 1・2年生 6/12 (水) 3・4年生 19:30～ ぜんいん 全員 	うんどうきけんしん 【運動器検診】 ない かけんしん いっしょ じっし 内科検診と一緒に実施 ぜんいん 全員 	

こんねんど じょうき について けんこうしんだん よてい けっせき ちこく かなら う
今年度は上記の日程で、健康診断を予定しています。欠席・遅刻をせず、必ず受けるようにし
てください。けんこうしんだん いじょう ばあい びょういん じゅしん けっか がっこう ほうこく
健康診断で異常があった場合は、すみやかに病院を受診して結果を学校に報告して
ください。



ちこく けっせき ばあい じ ひ びょういん けんさ い ばあい
遅刻・欠席の場合、自費で病院へ検査に行ってもら場合もあります。

とく ねんせい がつ にち しんでんす せんけんさ やす き
特に1年生は、4月15日の心電図・X線検査は休まずに来てください！