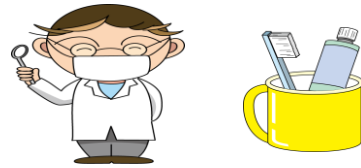


保健だより

広島県立三原東高等学校 保健室 平成29年4月24日

新しい環境がスタートしました。新しく1年生を迎え、2年生と3年生は進級をし、気持ち新たに毎日を過ごそうとしていると思います。1年生は慣れない環境や人間関係の中で、不安や緊張の気持ちを抱えながら一日を過ごし、やっとの思いで家に辿り着くことと思います。こんな時期は、できるだけ早く寝て、睡眠を十分にとり、その日の疲れを次の日に残さないことが大事です。早く自分の生活のペースを作っていきましょう。

健康診断がスタートしています。



健康診断は、学校生活や学習活動が円滑に行われるようにするため、あなたのからだの成長具合やどこかに病気や異常などがないかを調べるものです。

「自分のからだに興味や関心をもち自分のからだをよく知る」「健康課題をみつけ、その解決をめざす」ようになることが大事です。

月 日	実施項目	検査場所	所要時間
4月 25日 (火)	歯科検診 (3年)	保健室 カウンセラー室	5 限
4月 27日 (木)	心電図・胸部エックス線 (1年) ※半袖 (上) 体操服を忘れない!	保健室 カウンセラー室 検診バス	9:00~11:00
5月 11日 (木) 12日 (金)	尿検査 ※学年・組・氏名を記入!!	各教室	朝 SHR で回収
5月 23日 (火) 25日 (木)	耳鼻科検診(1年半分, 3年生) 耳鼻科検診(1年半分, 2年生)	未定	14:00~15:00
5月 30日 (火) 31日 (水)	尿検査 ※ 前回未提出者	各教室	朝 SHR で回収
6月 7日 (水)	内科検診 (1年)	保健室他	13:35 ~15:00
6月 8日 (木)	眼科検診	未定	13:35 ~15:00
6月 14日 (水)	内科検診 (2年)	保健室他	13:35 ~15:00
6月 21日 (水)	内科検診 (3年)	保健室他	13:35 ~15:00



学校医の先生方の紹介

[内科] 初鹿 祐二 先生 [眼科] 越智 利行先生 [耳鼻科] 松本 秀先生
[歯科] 坂内 大造 先生 [薬剤師] 平井紀美恵先生

保健室の利用について



朝ごはんを食べてきていますか?

- ① 保健室へ来るときは、担任、授業の先生、クラスのだれかに必ず伝えてくること。
※小さなけがや緊急でない場合は、できるだけ休み時間にすること。
- ② 来室したら、来室記録にけがや病気の様子などを記入する。
- ③ 保健室は具合の悪い人もいるので、絶対に騒がない。
※体調の悪い人が安心してくることができる保健室であること。
※授業がだるいからとか眠たいからとかの理由は、受け付けない。



- ④ 保健室、ベットの休養は原則1時間までとし、利用後は「保健室連絡カード」を担任に出すこと。

スクールカウンセラーについて

本校は、今年度スクールカウンセラーの先生に来ていただくことになりました。生徒はもちろん保護者の相談にも対応していきます。

友人関係のことや勉強のこと、部活動などの学校生活全般のことや家庭のことでもさまざまな相談が可能です。悩みがあるときは、一人で抱え込まないようにしましょう。

詳しいことは、担任の先生から話がありますから、よく聞いてください。



スクールカウンセラーの水野啓子(みずのけいこ)先生です。第1回目は5月9日(火)10:00~16:45までとなっています。予約制になっていますので、相談がある場合は、担任の先生や保健室または瀬尾先生へ連絡をしてください。時間の調整をします。

