

保健だより4月号

2016年4月11日発行
松山聖陵高等学校 保健課



新入生のみなさん、ようこそ、松山聖陵高校へ！
在校生のみなさん、今年もよろしく。

毎日みなさんが元気に勉強したり、運動したり、
行事に参加したりするために基本となる「こころ
とからだの健康」のお手伝いをしていきます。
この1年のみなさんの成長も見守ります。
どうぞよろしく！



保健室利用のルール

《学校でケガをしたり、具合が悪くなったりしたら》

応急手当をします。いつ、どこで、ケガをしたのか、どんなふうに具合が悪いのか、説明してください。

《保健室での約束は？》

- ※「失礼します。」「失礼しました。」と、気持ちよく挨拶をしましょう。
- ※ベッドで休んでいる人もいます。保健室では騒がないようにしましょう。
- ※休養する際、携帯電話は養護教諭に預けてください。

- ☆ ケガをしたときや、具合が悪いときには、自分の身体の状態をきちんと話してください。
- ☆ 保健室では応急手当をします。治療が必要な場合は、医療機関を受診してください。
- ☆ 保健室には、内服薬は置いていません。
- ☆ 授業中に利用する場合は、担任の先生に許可をもらってきてください。



誰でも安心して利用できる保健室にするため、皆さんの協力をお願いします。

保護者の方へ

保健関係の書類について

たくさんの書類があつて申し訳ありません。お子様の普段の健康状態について、一緒に話しながら、正確にご記入ください。

● 日本スポーツ振興センター給付金の請求について

学校生活の中でケガをして受診すると、災害給付金の請求ができます。

★授業中、休憩中、学校行事、登下校中などのケガ

★窓口での支払いが1,500円以上（自己負担3割で）

● 学校感染症について

病院で「学校感染症」と診断されたら、学校までお知らせください。出席停止扱いとなります。

《 学校感染症 》

インフルエンザ・百日咳・麻疹・流行性耳下腺炎・風しん・水痘・咽頭結膜・
結核・髄膜炎菌性髄膜炎、腸管出血性大腸菌感染症、流行性角結膜炎など

● 運動器検診のお知らせ

平成28年度から法律の改正により、健康診断で新たに運動器検診を行うことになりました。

● 運動器検診とは？

四肢の骨や関節などの運動器の疾病・異常を見つけるための検査です。保護者の方が保健調査票にご記入いただいた内容と普段の学校生活の様子を両方で検討して、気になるところのある生徒のみ学校医による検診を受けます。※運動器とは、骨・関節・筋肉・靭帯・腱・神経などの身体を支えたり動かしたりする器官のことです。

運動器は、からだを支えたり動かしたりする器官のこと。骨・筋肉・関節などです。その運動器に異常はないかを見つけるための検診です。

●運動不足の人…
からだがかたかったり、しびれや痛み、片足立ちができないなどの症状があれば、ケガや故障を起こしやすくなります。

●運動過多の人…
特定のスポーツを長くやっている人に、スポーツ障害が多く見られます。障害が一生残ったりしないよう、早期に発見して治療することが必要です。

☆からだを健やかに育てるために、運動器の健康はかせません。

(参照：日本学校保健研修社「健」2016-4月号)

