



保健だより

4月



ホームページ版
R3.4.8発行
徳島県立城北高等学校

入学・進級おめでとうございます。期待と不安の入り混ざる季節ですが、規則正しい生活を心がけて、心も身体も健康に過ごしていきましょう（*^^*）♪

☆☆健康診断がはじまります☆☆

健康診断では、みなさんの身体の病気・異常の有無や成長の様子を調べます。健康診断は、自分自身の身体のことを知るための大切なもので、法律で定められた学校行事です。

身体計測

4月9日（金）

対象：全員

- ・身長
- ・体重
- ・視力
- ・聴力



心電図

4月22日（木）

対象：1年生全員



眼科検診

① 5月26日（水）午後～

対象：1年3クラス、2年該当者

② 6月9日（水）午後～

対象：1年4クラス、3年該当者



結核検診

（レントゲン）

4月27日（火）

対象：1年生全員



内科検診

4月14、16、19、21、23、26、28、30日

（いずれも午後～）

対象：全員

検査中は静かに！



耳鼻科検診

① 5月11日（火）午後～

対象：1年4クラス、2年該当者

② 5月12日（水）午後～

対象：1年3クラス、3年該当者



歯科検診

6月3日（木）

対象：全員



尿検査Q&A

Q1. 何のために行うの？

A1. 腎臓病や糖尿病などの病気を早期に見つけるため、尿の中に蛋白や糖、潜血がないか調べます。

Q2. 採尿の仕方は？

A2. 前日寝る前に排尿しておくこと。
朝一番の尿をとります。出始めの尿は捨て、その後の中間尿をとります。

Q3. なぜ朝一番の尿をとるの？

A3. 朝一番の尿は濃縮されていて成分が多く含まれ、検査に適しています。また、起立姿勢を続けたときに出る蛋白などを除くためです。



1回目 対象：全員

2回目 対象：蛋白・糖・潜血が±以上の人、未提出者

健康診断で異常が見つかった人は…

・保護者に必ず伝える！

（後日、結果のお知らせを配布します）

・早めに病院へ行って、検査・治療を！

学校生活を健康に過ごすために！
お願いします✿

保健室ではこんなことはできません



内服薬は
あげられません



継続した手当ては
できません
(治療は病院へ)



※新型コロナウイルス
感染症予防の観点から
原則として保健室では
休養はできません

保健室は、学校でけがをしたときに応急処置を行ったり、具合の悪い時に一時的に休んだりするところです。
病院ではないので、薬を出したり治療したりはできません。

新型コロナウイルス感染症について

①健康観察で体調を把握しよう！

- ◎毎日朝・夕に検温を行い、健康記録表に記入。体調を確認してから登校してください。また、登校前に検温が行えてない場合は、保健室前または職員室に体温計があるので教室に入る前に必ず立ち寄ってください。
- ◎学校で発熱や風邪症状等を確認した場合は、保護者に連絡し、帰宅してもらいます。保健室では休養できません。
- ◎風邪症状が見られたり、発熱がある場合は無理をせず休養してください。

②喚起や適切な距離を保とう！

- ◎授業中も常に喚起し、休み時間には窓や扉を全開にして空気を入れかえてください。
- ◎昼食時、教室・食堂では向かい合って食べることがないように、できるだけ適切な距離を保ちましょう。



③引き続き感染症対策をしよう！

- ◎帰宅時、食事前などには必ず手洗い・うがい・手指消毒を行いましょう。
- ◎学校でもマスクの着用を推奨します。(家庭で用意してください)
- ◎できるだけ人混みの多い場所は避けましょう。
- ◎食事・睡眠・運動の基本的な生活習慣を整え、抵抗力を高めましょう。



～保護者のみなさまへ～

学校において予防すべき感染症にかかったときは、**登校できません。**

お子さんが次のような感染症にかかった場合は、集団への感染を防ぐため、一定の期間登校できなくなります。
(この期間は欠席ではなく出席停止となります。)

＜出席停止になる主な学校感染症＞

インフルエンザ・麻しん・風しん・水痘(水ぼうそう)・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)・百日咳・咽頭結膜熱(フール熱)・結核・髄膜炎菌性髄膜炎など

※感染症により出席停止の期間が違います。病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認められた場合は、この限りではありません。

スポーツ振興センターについて

『学校の管理下』(授業中、部活動中、休み時間などの学校敷地内のほか、登下校時や修学旅行などの学校敷地外も含まれます。)で発生した負傷・疾病等については、日本スポーツ振興センターの「災害共済給付制度」を利用すると、医療費の給付が受けられます。受診した医療機関で「医療等の状況」の証明を受け、学校に提出してください。

保険診療による初診～治癒までの**医療費総額5,000円以上(窓口での支払い金額が3割負担で1,500円以上)**が対象となります。

ただし、**給付事由が発生してから2年を過ぎると請求できなくなります**ので、早めに手続きをするようお願いいたします。用紙はすべて保健室にあります。