



# 興讓館保健通信



都留興讓館高等学校保健室  
令和6年4月8日



2・3年生のみなさん進級おめでとうございます。また新しい1年が始まりますね。もう慣れ親しんだ環境だと思っけていても、この時期は緊張や疲れから体調を崩しやすいです。日頃の生活習慣を見直して体調を整え、元気に1年過ごしましょう！

## 守ってください 保健室のルール

中学校とは違い、高校は授業に出ている時間は欠課という扱いになります。学校に来ていても保健室で休養した時間は欠課となり、皆勤ではなくなるので注意してください。

- ① 授業中は、先生の許可を得てから来室する。  
休み時間は、友達に伝えてから来室する。
- ② 入退室時は服装を整え、挨拶をする。  
(入り口で学年・組・番号・名前をはっきりと言うこと)
- ③ 保健室内にいるときは静かにする。  
具合の悪い人が休んでいます！
- ④ 水が欲しい時や備品を使用する時には必ず許可を得る。

## 発熱等体調不良時の出席停止について ~生徒のみなさん・保護者の皆様へ~

昨年度から変更された部分もありますので改めてしっかり確認してください。

### 【出席停止の扱いについて】

学校感染症に罹患した場合は出席停止となります。また、本校では学校感染症と診断されなかった場合でも発熱等の風邪症状があって受診をした場合や、保健室の判断で早退し受診した場合にも出席停止となります。ただし、受診をしていることが前提であり、受診をせず家庭で休養していた場合には欠席となります。以下の表を参考にしてください。その他対応に迷われる場合やご不明点等がありましたら個別にご相談ください。

① 学校感染症と診断された	→	学校保健安全法に定められた期間出席停止
② 受診をした結果、学校感染症ではなかった	→	受診日のみ出席停止
③ 保健室の判断で早退し受診をした (学校感染症ではなかった)	→	早退した日(受診日)のみ出席停止
④ 受診をせず家庭で休養していた	→	欠席

### 【出席停止願について】

今年度から出席停止願の用紙が変更となっていますので事前にご確認ください。また、感染症の種類に関わらず、全ての出席停止願に「受診したことがわかる証明書(領収書・明細書・調剤書・検査結果等)」の写しを添付してください。医療助成制度の使用や医療機関の体制等により領収書等が一切発行されない場合には、登校前にその旨を学校へご連絡いただくとともに、出席停止願の余白部分にもご記入ください。提出は原則快復後の登校初日に行ってください。

出席停止願は本校ホームページからダウンロードできます。ご家庭でのダウンロードが難しい場合には保健室で配布いたしますので、快復後の登校初日に保健室へ取りに来て、翌日速やかにご提出ください。

なお、学校感染症の種類についても本校ホームページでご確認いただけます。新型コロナウイルス感染症及びインフルエンザ以外の学校感染症での出席停止には医療機関による記入が必要になりますのでご注意ください。

**出席停止の可否に関わらず、学校を休まないよう自分でしっかり体調を管理できるようになることが何よりも大切です。特に新年度は疲れやすく体調を崩しやすい時期ですので、規則正しい生活と健康な体づくりを意識してみてくださいね。**

## 今年度の保健室の先生たち



みなさんが心身ともに元気に学校生活を送ることができるようサポートをします。  
よろしくお願ひします。

### 保健相談部主任

・白鳥 岳彦: 国語科/1学年所属/野球部顧問

### 保健相談部副主任

・中澤 達彦: 保健体育科/3学年副主任/女子バレー一部顧問

### 保健相談部係員

・堀内 真優美: 家庭科/2-3副担任/箏曲部副顧問

・石井 美子: 英語科/3-1副担任/JRC 部顧問

・坂本 哲: 機械工学科/2学年所属/

男子バレーボール部副顧問

・小笠原 章悟: 機械工学科/1-4副担任/

女子ソフトテニス部副顧問

・宮澤 萌子: 養護教諭/1学年所属/JRC 部副顧問

## こんなときは 保健室へ

### 外科的な訴え

すり傷、切り傷、鼻血、  
打撲、捻挫、  
つき指、  
やけど等



### その他

相談したいことがある、  
身長や体重を測りたい、  
心や体、健康について  
知りたい・学びたい等



### 内科的な訴え

頭痛、腹痛、倦怠感、  
吐き気・嘔吐、貧血、  
寒気等



内 科: 大戸 一志 先生 (大戸内科医院)

耳鼻咽喉科: 渡邊 芳江 先生 (わたなベクリニック)

眼 科: 野村 道子 先生 (野村眼科)

歯 科: 井上 寛 先生 (ファミリー歯科)

薬 剤 師: 藤井 佳江 先生 (クボタ薬局)

### 健康診断が はじまります

4月~6月にかけて、様々な検診が入っています。きちんと検診を受け、自らの健康管理に役立てましょう。持ち物や注意事項等も確認してくださいね。また、学校医の先生方からの指示により検診時は必ずマスクをしてもらいます。忘れずに持参してください。

月日	検診項目	対象	注意事項
4月12日(金)	身体計測	全校生徒	体育着を持ってくること。
4月16日(火)	歯科検診	3年生全員	朝食後、必ず歯磨きをしてくること。
4月18日(木)	内科・運動器検診	3年生全員	
4月23日(火)	歯科検診	2年生全員	朝食後、必ず歯磨きをしてくること。
4月24日(水)	耳鼻科検診	2・3年生対象者のみ	13:00開始。 前日までに耳掃除をしておくこと。
4月25日(木)	内科・運動器検診	2年生全員	
5月1日(水)	尿検査(第1回)	全校生徒	1校時が始まるまでに必ず提出すること。それ以降は提出できません。
5月15日(水)	尿検査(第2回)	一次検査で再検査の人等	
6月14日(金)	眼科検診	全校生徒	13:00 開始。

※検診の日には欠席をしないよう、体調管理に気を付けましょう。

※受けられなかった検診がある場合には、自分で学校医等に受けに行ってください。