



1年生のみなさんご入学おめでとうございます。新しい学校・クラス・先生・友達と新しいことに囲まれるこの時期はワクワクする反面、不安や緊張も大きくなります。新しい環境に不安を感じている人は「おはよう」という挨拶と笑顔から始めてみてください。また、緊張や疲れから体調を崩さないように休養と栄養をとることを心がけましょう！

## 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ない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 氷が欲しい時や備品を使用する時には必ず許可を得る。

**具合が悪くなったとき**  
休養して様子を見ます  
薬を出すことはできません

**けがをしたとき**  
応急手当をします  
継続した処置はできません

## 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~

### 【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。学校感染症でない場合は、原則欠席となりますので、日々の体調管理をしっかりするように気を付けましょう。詳しくは以下のとおりです。

コロナまたはインフルエンザに罹患	右の条件で出席停止	・出席停止願を家庭で記入(医療機関の記入不要) ・受診日が確認できる書類も提出
学校感染症に罹患 (コロナ・インフルエンザ以外)	右の条件で出席停止	・出席停止願に医療機関による登校開始日の記載が必要 ・受診日が確認できる書類も提出
保健室からの指示で早退 (早退当日に受診をしている)	右の条件で出席停止	・早退当日の受診が原則 ・出席停止願と受診日が確認できる書類を提出
保健室からの指示で早退 (受診していない)	欠席	
体調不良で欠席して受診	学校感染症でなければ欠席	

### 【出席停止願について】

出席停止の場合には、本校指定の「出席停止願」と、「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)」の写しを快復後の登校初日に提出してください。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。「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。

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

・堀内 真優美: 家庭科/3-4副担任/箏曲部副顧問

### 保健相談部係員

- ・石井 美子: 英語科/2-3副担任/JRC 顧問
- ・木暮 彩彦: 数学科/1-2副担任/JRC 副顧問
- ・小笠原 章悟: 機械工学科/2-5副担任/剣道部副顧問
- ・宮澤 萌子: 養護教諭/1学年所属/JRC 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



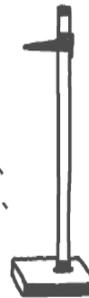
### その他

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。

月日	検診項目	対象	注意事項
4月14日(月)	身体計測	全校生徒	体育着を持ってくること。
4月23日(水)	耳鼻科検診	1年1・4~7組	13:00開始。 前日までに耳掃除をしておくこと。
4月28日(月)	耳鼻科検診	1年2・3組	13:00開始。 前日までに耳掃除をしておくこと。
5月1日(木)	心臓・結核検診 (心電図・胸部レントゲン検査)	1年生全員	夏の体操着上下を必ず持つてくること。(女子は長袖体操着と下着を入れる袋も持つてくること。)
5月2日(金)	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20日(火)	尿検査(第2回)	一次検査で再検査の人等	
5月21日(水)	歯科検診	1年生全員	朝食後、必ず歯磨きをしてくること。
5月22日(木)	内科・運動器検診	1年生全員	
6月18日(水)	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。