



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

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。

## 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】

新型コロナウイルス感染症が5類に定められてから約2年が経ちます。流行の落ち着きがみられますので、今年度から学校感染症でない場合は、原則欠席となります。日々の体調管理を大切にしましょう。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】

4月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。

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 部顧問
- ・木暮 彩彦:数学科/1-2副担任/JRC 部副顧問
- ・小笠原 章悟:機械工学科/2-5副担任/剣道部顧問
- ・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



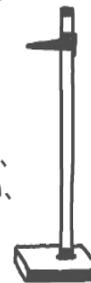
### その他

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）  
眼 科：野村 道子 先生（野村眼科）  
薬 剤 師：藤井 佳江 先生（クボタ薬局）

耳鼻咽喉科：渡邊 芳江 先生（わたなベクリニック）  
歯 科：井上 寛 先生（ファミリー歯科）

### 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22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23日(水)	耳鼻科検診	2・3年生希望者のみ	13:00開始。 前日までに耳掃除をしておくこと。
4月24日(木)	内科・運動器検診	3年生全員	
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13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。
5月15日(木)	内科・運動器検診	2年生全員	
5月20日(火)	尿検査(第2回)	一次検査で再検査の人等	
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。