

ヘルス!

岡山県立津山中学・高校 保健室
令和2年 4月号

- 1年生のみなさん、入学おめでとうございます。
- 2,3年生のみなさん、新しい学年になりましたね。年度末から、新型コロナウイルス感染症の臨時休業で、予想していない休校となりました。不意なことや気になることもあるかと思いますが、今の自分にできることは何か考えながら、少しずつ、心づなう一歩に行きましょう。



本年度の定期健康診断は下記の子どに行います。
ただし、新型コロナウイルス感染症予防のため、マスク着用や、教室への入場制限や、先生方からの指示がありますので、一人一人が守って受けるようにしてください。

健康診断の日程

- ・ 身体測定(8:40~), 内科検診(13:00~)
- 1年生: 4月13日, 2年生: 4月27日, 3年生: 4月20日
- ・ 胸部X線, 心電図, 血液検査(8:30~): 4月28日
※ 中学生は心音図, 心電図のみ 1年生のみ実施
- ・ 歯科検診(14:30~): 5月7日
- ・ 検尿一次: 5月12~14日
- ・ 検尿二次: 5月28~29日 ※ 該当者のみ
- ・ 耳鼻科検診: 5月28日 1年生のみ実施
- ・ 眼科検診: 6月3日 1年生のみ実施

必ず全員提出!!



※ 色覚検査については個別に対応します。
希望のある場合は保健室まで申し出て下さい。

< 保健室を利用したい時には >
授業時間中に保健室を利用したい時は『保健室休養届』が必要です。

- ① 上半分の休養時間までを記入する
- ② 休養したい時間の教科担任にサインをもらう
- ③ 休養後、養護が記入した用紙をその日のうちに教科担任へ提出する。
(休養届は各HR, 保健室等にあります。)

※ 7限目は基本的に保健室利用はできません。
保健室は中学生も高校生も同じ場所を使います。他者を思いやる気持ちを持ってください。また、けがをした時や体調が悪い時だけでなく、相談したい時、自分の心と体について知りたいことがある時などいつでも来てください。

保健室休養届	
氏名	
休養理由	
休養開始時間	開始日: 20 年 月 日 時 分
休養終了時間	終了日: 20 年 月 日 時 分

保健室休養証明書	
休養時間	開始日: 20 年 月 日 時 分
休養理由	休養理由: 20 年 月 日 時 分
休養開始時間	開始日: 20 年 月 日 時 分
休養終了時間	終了日: 20 年 月 日 時 分

< スポーツ振興センター 災害共済給付について >
学校管理下(授業中, 部活動中, 登下校中など)でけが等をしてしまい、医療機関を受診した際に医療費の給付を受けられます。ただし、合計の保険診療点数が500点以上でない対象になりません。担任・顧問の先生に報告のうえ、保健室まで連絡してください。



基本は石けんをつけての手洗い

- ◎ 手を洗うタイミング!
(外から帰ったら、トイレの後、食事前など)
- ◎ 正しい手の洗い方

マスク着用や手洗いは大切です。
一人一人が意識しましょう。