保健室からのお願い

心身の健康に留意しましょう

皆さんが、高校生活を楽しく有意義に送るためには、心身の健康が基盤となります。学業、運動等、いろいろな事に青春をかけ、自己の定める目的に向かって、全力投球するためには、健全な精神と身体があつてとおもいます。

保健厚生部は、皆さんの大切な健康を、学校保健安全法に基づいて管理する組織です。保健行事への積極的な参加や、各自が基本的な生活習慣を身につけ、心身の健康に留意し、自己管理していく能力を養うことを願っています。

(1) 健康で充実した高校生活を送るための留意点

- ①日常生活を規則正しく送る。
- ②バランスのとれた栄養を摂る（特に朝食を抜かないこと、昼食を持参すること）。
- ③熟睡する。
- ④気分転換を上手にする。
- ⑤多くの話し相手をもつ。
- ⑥好奇心を失わず目的を持って生活する。

(2) 健康診断

保健管理の基盤となる健康診断は、4月～6月に行います。身体計測・内科・眼科・歯科の各検診、尿検査、心電図検査（1年生）、胸部X線間接撮影（1年生）があります。

診断された結果については、各家庭に通知しますので、疾病等のある時はすみやかに治療をしてください。

(3) 健康相談

心身の健康についての相談は、いつでも気軽に保健室に来てください。校内マラソン大会前および2年生修学旅行前等については、健康調査後、健康相談を実施しています。

(4) 日本スポーツ振興センター災害共済給付金等請求について

主に、学校管理下における生徒の負傷・疾病・障害および死亡について、必要な給付を日本スポーツ振興センター法に基づいて行います。対象となるのは次のとおりです。

- ① 授業中（特別活動中を含む）
- ② 学校の教育計画に基づく課外活動中
- ③ 休憩時間中および学校の定めた特定時間中
- ④ 通学の経路および方法による通学（登下校）中
- ⑤ 寄宿舎にあるとき
- ⑥ 技能教育のための施設で教育を受けているとき

◎災害共済給付金等申請の書類手続きについて

- ① 保健室に請求の申告をする。
 - ② 請求手続きに必要な書類を受けとる。
 - ③ 請求手続きの説明を受ける。
 - ④ 初回の書類提出は、災害発生日の翌月15日まで行う（特別な事情がある場合は別）。
 - ⑤ 千葉県教育委員会に毎月末日必着で医療費支払請求書の提出を行っています。
- ※ 請求手続きの時効期間は、災害発生日より2年です。

◎災害共済給付金（医療費）の支払について

災害共済給付金等の給付について、日本スポーツ振興センターより、千葉県教育委員会を経由して学校に通知されます。また、日本スポーツ振興センター災害共済給付金等の支払は、すべて保護者名義の口座で行われます。災害共済給付金等の口座振り込みは、手続き後となります。

(5)学校感染症による出席停止について

◎学校において予防すべき感染症の種類は、次のとおりです。

- 第一種 エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ペスト、マールブルグ熱、ラッサ熱、急性灰白髄炎（ポリオ）、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群 {病原体がベータコロナウイルス属SARS（コロナウイルスであるものに限る。}、中東呼吸器症候群(病原体がベータコロナウイルス属MERSコロナウイルスであるものに限る。)、特定鳥インフルエンザ
- 第二種 インフルエンザ（特定鳥インフルエンザを除く）、百日咳、麻しん、流行性耳下腺炎、風しん、水痘、咽頭結膜熱、結核、髄膜炎菌性髄膜炎
- 第三種 コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸炎感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の感染症 [溶連菌感染症、ウイルス性肝炎、手足口病、伝染性紅斑（りんご病）、ヘルパンギーナ、マイコプラズマ感染症、感染性胃腸炎（流行性嘔吐下痢症）、アタマジラミ、伝染性軟属腫（水いぼ）、伝染性膿痂疹（とびひ）]

◎出席停止の期間

- 第一種 完全に治癒(ちゆ)するまで
- 第二種 インフルエンザ : 発症後5日、かつ解熱後2日を経過するまで
- 百日咳 : 特有な咳が消失するまで、又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
- 麻しん(はしか) : 解熱後3日を経過するまで
- 流行性耳下腺炎 : 耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ全身症状が良好になるまで
- 風しん : 発疹が消失するまで
- 水痘 : すべての発疹が痂皮化するまで
- 咽頭結膜熱(プール熱) : 主要症状が消退した後2日を経過するまで
- 結核、髄膜炎菌性髄膜炎および第三種の感染症 : 医師により感染のおそれがないと認めるまで

◎ 学校は、上記の感染症にかかった生徒に対して出校を停止させることができます。この場合は欠席になりません。すみやかに担任に連絡してください。

◎「登校許可証明書」の提出について

医師の診断により一定の期間出席停止になります。この場合の登校に関しては、医師の許可を受けてからとなります。登校時には「登校許可証明書」を提出してください。

※登校許可証明書の用紙は、保健室および職員室にあります。また若松高校HPに書式がありますのでご利用ください。

(6)保健室利用上の注意

- ①担任や授業担当者に連絡の上、養護教諭に申し出てください。
- ②保健室は、応急処置の場であり薬局や病院ではありませんので、内服薬をあげることはできません。持病のある生徒は、主治医から処方された薬を用意してください。