

保健だより

平成27年4月
津田沼高校保健室

ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい環境、新しい人間関係のなかで、心と体に疲れが少しずつ溜まってくるかと思います。バランスの良い食事や十分な睡眠を心掛け、体調を整えましょう。



健康診断が始まります

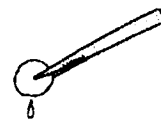


皆さんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。注意事項に気を付け、しっかりと自覚を持って受けましょう。この機会に自分の体のことを理解し、日々健康な生活を送れるようにしましょう。

内容【対象者】	日にち	時間	注意事項
尿検査【全校生徒】	4/15 (水) 未提出者：4/16 (木)、 5/7 (木) 2次検査：5/18 (月)、 5/28 (木)	8：45までに提出 (登校後すぐに提出)	4/15 (水)、4/16 (木) は 昇降口、それ以外は保健室に提 出する。
胸部X線間接撮影、 心電図検査【1年生】	4/17 (金)	8：45～12：35	上衣：体操服(下着なし) ジャージ着用可 下衣：ジャージ、素足になりや すい靴下
身体測定・新体力テス ト【全校生徒】	4/24 (金)	9：00～ (1日)	体調を整えておく。
歯科検診【全校生徒】	4/30 (木)	8：45～12：35	朝、歯をよく磨いておく。
眼科検診【全校生徒】	5/8 (金)、5/29 (金) ※どちらか1日	13：20～15：10	髪が目にかからないようにして おく。アイメイク、カラーコン タクトレンズはしてこない。
内科検診【全校生徒】	2年：5/13 (水) 3年：5/14 (木) 1年：5/15 (金)	13：20～15：10	上衣はワイシャツのみ。(ブラジ ャー着用可) 検査場所までは、上にブレザー、 セーター、ベストの着用可。
耳鼻科検診【1年生】	5/27 (水)	8：45～12：35	耳のそうじをしておく。また、 髪が耳にかからないようにして おく。



保健室の利用について



保健室は、けがや体調不良の時、相談をしたい時、健康について学びたい時などに、誰でも利用することができますが、ルール・マナーを守って利用してください。

○急を要する場合以外は、できるだけ休み時間や放課後に利用してください。

○処置は原則初回のみで、継続した治療はしません。また、内服薬は使用しません。

○保健室での休養は原則1時間までです。体調次第でその後の判断をします。