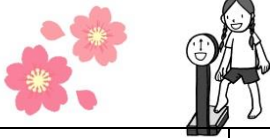


保健だより 4月

平成28年4月
津田沼高校保健室



入学・進級おめでとうございます。新学期を迎えて、新しい生活への希望や不安など様々な感情が芽生えているのではないのでしょうか。多くの人が新しい環境に慣れるまでは緊張したり、気を遣ったり…といつも以上に疲れが溜まることも多いかと思います。疲れた時は、休み時間や自宅での過ごし方を工夫して、リラックスできる時間を作ってみましょう。



健康診断日程



日にち	項目	対象学年	時間
4月11日(月)	尿検査	全学年	8時45分までに 昇降口に提出
4月12日(火)			
4月14日(木)	胸部X線・心電図	1年生	8:45~12:35
4月21日(木)	歯科検診	全学年	8:45~12:35
4月26日(火)	尿検査	二次対象者・未提出者	8時45分までに 保健室に提出
5月9日(月)	尿検査	二次対象者・未提出者	
5月11日(水)	内科検診	2年生	13:10~15:10
5月12日(木)		3年生	13:10~15:10
5月13日(金)		1年生	13:10~15:10
5月26日(木)	尿検査	二次対象者・未提出者	8時45分までに 保健室に提出
5月27日(金)	眼科検診	全学年	13:20~15:10
6月1日(水)	耳鼻科検診	1年生	8:45~12:35
6月3日(金)	眼科検診	全学年	13:20~15:10

☆各検診日が近くなったら、注意事項をお知らせします。注意事項をよく読んで検査を受けてください。

***** 保健室の利用について *****

保健室は、けがや体調不良の時、相談したい時、健康について知りたい時など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。

(1) 保健室の利用は、救急を要する場合以外は、休み時間や昼休みを利用してください。

(2) 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。各自持病を持っている人や偏頭痛・生理痛など痛み止めをよく服用する人は、家から持参してください。

(3) 保健室での休養は、原則として1時間とします。それでも体調が改善しない場合は、受診や自宅休養を勧めます。

毎日の生活習慣に気を付けて、健康・安全に過ごしましょう！