

保健だより No.1

令和3年4月8日(木) 宮城県工業高等学校 保健室



☆入学・進級 おめでとうございます。

1年生のみなさんは期待と不安が入り混じった気持ちにいることと思います。
在校生のみなさんは、新たな目標や課題に向かって前進する年となりますね。
新しい学校や慣れないクラスで「毎日ドキドキする」「学校に行きたくないなあ」と感じる人もいるのではないのでしょうか。しかし、見方を変えると今のこの経験は「将来を少し楽にするための練習」なのかもしれません。これから先みなさんが『知らない場所に飛び込んでいく』という経験はまだたくさんあります。就職や進学で知らない土地に行く、知らない人と話す…。将来そういう場所で本当に困ってしまわないように、今から徐々に慣れていきましょう。焦らず自分のペースで大丈夫！！保健室でもみなさんを応援しています。



令和3年度生徒健康診断についてのお知らせ

日程	検査項目	対象学年	目的及び留意事項
4/13(火) 4/14(水) 朝のSHRで回収	尿検査	全学年	腎臓に異常が無いかどうかを検査します。 ☐ 前日の夜は、栄養ドリンクなどビタミンが豊富に含まれた飲み物は控えましょう。 ☐ <u>前日の夜のうちに【採尿コップ・容器】トイレに準備しておきましょう。</u> ☐ <u>当日朝一の尿を採取します。</u> ☐ <u>採尿の際は、始めの尿を少量排出し、中間の尿を採取します。</u>
4/27(火) 4/28(水) 朝のSHRで回収	尿検査 (二次検査)	該当生徒	
4/14(水) 9:00～	身体測定	全学年 ただし聴力は 1, 3年生のみ	発育不良又は視力や聴力に異常が無いかどうかを検査します。 ☐ 体操着・マスク ☐ <u>ハンカチ・めがね(授業で使用している人)</u> ※ <u>視力検査では感染防止のため、斜眼器を使用せずハンカチを使用します。忘れずに！</u>
4/15(木) 4/16(金) 4/19(月) 9:00～	歯科検診	全学年	顎関節・歯列交合・歯肉・歯垢やむし歯の状態を歯科校医の先生が検査します。 ☐ <u>朝食後は自宅で歯磨きをしてくる。</u> 検査学年等詳細は、後日連絡します。
4/20(火) 8:50～	結核検診	1年生 昨年度 未受診者	X線で肺を撮影し結核の病変がないか検査します。 ☐ <u>無地のTシャツ</u> ※ 絵柄やロゴが入った物やボタンやホック等の金具が付いた下着やTシャツは撮影時に陰となって映り込むことがあり正しく診断することができないため。 ☐ <u>髪を結ぶゴム</u> 肩に掛かった髪は結びましょう。
4/21(水) 13:00～(講義室) 13:30～(図書室)	内科検診	全学年	皮膚の状態や心臓の音を聞いて異常はないか、内科校医の先生が検査します。 検査学年等詳細は、後日連絡します。
4/26(月) 8:50～	循環器検診	1年生	心電図をとり心臓に異常が無いかどうかを検査します。 ☐ <u>体操着・マスク</u>
4/28(水) 13:30～	耳鼻科検診	1, 3年生	耳垢やアレルギー性鼻炎等の症状はないか、耳鼻科校医の先生が検査します。 検査学年等詳細は、後日連絡します。

※今年度も新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえ、感染防止対策を万全にして実施します。

★今年度も感染防止対策にご協力ください★

①毎朝登校前に検温し、健康観察簿に記入し担任に提出してください。

※発熱や風邪症状がある場合は無理に登校しないでください。

②マスクの着用・手洗い・換気・三密を避け、新しい生活様式での学校生活を送りましょう。

③部活動での感染予防の徹底をお願いします。

～保健室の利用についてみんなで確認しましょう～

緊急時を除いては、なるべく休憩時間に利用するようにしましょう。利用時は、次の時間の授業担当の先生（授業中緊急の場合は教科担当の先生）に許可を取り、来室してください。＊来室時、必ず誰かに付き添ってもらうこと！

◇ 保健室を利用する時に気をつけてほしいこと

① 保健室は、体調不良時の一時的な休養（原則1時間）、または学校でけがをした場合に病院受診するまでの応急手当をする場所です。継続的な手当はできませんので注意してください。湿布薬やガーゼ、絆創膏等の取り替えや処置は必要に応じて自己管理をお願いします。

② 内服薬（かぜ薬、鎮痛剤、胃薬等）を出すことは絶対にありません。常備薬が必要な場合は保護者と相談の上、自分で準備してください。（友達に薬をあげたりするのは絶対禁止です。あげた薬が体に合わずその人の具合が悪くなったらどうしますか？責任ある判断と行動をお願いします。）

※マスクは保健室では配付しませんので、各自で準備してください。

◇ こんなときに保健室に来てください

① 学校でけがをした時

※登下校を除く学校以外でのけがは対象外です。

家の人に対応してもらいましょう。

・学校でけがをした場合、お医者さんにかかるまでの応急手当をします。

けがをした部位・いつ・どこで・何をしてけがをしたか等詳しく話してください。

・応急手当の後の処置や湿布薬・包帯などの取り替えは家で

しましょう。また、ケガをした翌日以降の絆創膏等、事前に必要

と分かる物品は家庭で準備してください。（予備も持参しておくとう安心ですね）

② からだの具合が悪くなった時

・緊急時以外はなるべく休み時間を利用してください。

また、授業中に利用する時は、必ず教科担当の先生に許可をとり、

だれかに付き添ってもらい利用してください。

・保健室での休養は原則1時間です。1時間休養しても症状が改善しないときは、

病院受診や家庭で様子を見る等の対応を検討していきます。（睡眠不足を補うための休養は認めません。睡眠時間を十分確保し、学校生活に支障がないように心がけること）不調の原因・今の症状・いつから・どこが痛いのか等、自分の状態を話してください。

・保健室には頭痛薬や胃薬などの内服薬はありません。必要な時は、保護者と相談し自己管理をお願いします。

③ 相談したい時

・友人関係や学校生活、体のこと等、不安に思うことや心配なことがある時は一人で悩まずに保健室にきてください。一緒に考えながら解決していきましょう。

※県工では、月に数回スクールカウンセラーの先生が来校し、皆さんの悩みや相談に対応しています。また、今年度からスクールソーシャルワーカーも来校します。日程等詳細は後日配付しますので確認してください。

✿ 保健室紹介 ✿

保健室には養護教諭が2名います。

はが みわ
●芳賀 美和

おおこし ちえこ
●大越 千英子



1年間どうぞよろしくをお願いします。

★学校医・学校薬剤師の先生方を紹介します★

管理校医	本田英彦先生
内科校医	矢尾板啓先生
眼科校医	千田靖先生
耳鼻科校医	大山健二先生
歯科校医	渡辺勇一先生
歯科校医	菅崎直身先生
学校薬剤師	佐々木徳行先生

皆さんの健康をサポートしています。

