

保健通信

第1号

2025.4.15

水戸農業高等学校
保健室

☆ 新年度が始まりました

新年度は、期待や不安で満たされている一方、初めてのことばかりで覚えることが多く、慌たしい毎日が続きます。自分が思う以上に心身の疲れをためてしまうことがよくあります。

よく食べ、よく寝て自分のペースを見失わずにいてください。

保健室では、皆さんが健康で元気に過ごせるようにサポートしていきます。どうぞ、よろしくお願いいたします。



?? 保健室ってどんなところ?? 誰でも使える場所です

○体調が悪い時に休養する (原則1日1時間) 	○ケガの応急処置をする 	○不安や悩みを話すことができる 	○自分の成長や状態を知ることができる 
---	---	--	--

!! 保健室利用の心得!! ルールを守って使用をお願いします

- ①必ず先生に伝え、許可を得てから来室してください。
- ②「どこで」「どうして」「どんな様子」を伝えてください。
→「湿布!!」だけ言われても分かりません。
- ③休養者に配慮し、大声を出さないでください。
- ③内服薬は渡していません。ケガの手当は応急処置のみです。
翌日などの継続的な処置は行いません。
→普段から薬を必要としている人は、自分で用意をすること。
→バンソウコウや湿布の貼りかえは、家でしてくることを。
- ④保健室内のスマホ使用・飲食は禁止です。
- ⑤保健室から借りた物(湯たんぽなど)は、その日のうちに返却をしてください。



◇ 災害共済給付制度について

学校でのケガ等で病院受診をすると、かかった医療費を請求できる保険に加入しています。

◇ 学校管理下(授業中、休憩時間、学校行事、部活動、登下校など)でのケガなど

◇ 病院窓口での支払いが1,500円以上(自己負担3割)

この二つが申請できる条件となります。

用紙は保健室にあります。必要になったときに、取りにきてください。

※災害共済給付を受ける権利は、給付事由が生じた日から2年間請求を行わない時は時効により消滅します。申請忘れのないように気をつけてください。



◇ 学校健康診断の実施について

学校の健康診断には、「体の成長を確認すること」、「学校生活を送る上で問題となるような病気を見つけて対応すること(健康状態の把握)」、「必要に応じて病気の予防をすること」などの目的があります。病気の中には生徒本人やご家族が気づきにくいものもあり、安全に学校生活を送っていただくために大変重要です。

生徒のプライバシー保護のため、囲いやカーテン等により個別の検査・診察スペースを用意して実施しています。正確な検査・診断のために、必要に応じて、脊柱(背骨)や胸郭の疾病の有無・皮膚疾患の有無については視診(目で見て診察すること)および触診(手で触れて診察すること)、首のリンパ節や甲状腺を触れる触診、心臓の疾病については直接肌に聴診器を当てて聴診することがあります。

検査名	日時	注意事項
心電図・胸部間接撮影検査 (1学年のみ)	5月26日(月) 9:00～	○学校指定運動着で行います。 ○髪の毛の長い人は、結んできてください。 ○金具のついたものは外してきてください。 ○この日に受けられなかった場合には、茨城県メディカルセンター(水戸市笠原町)で受けることになります。
身体測定(全学年) ・身長、体重、視力 ・聴力(1、3学年のみ)	5月2日(金) 10:00～ *定時制:4/18(金)	○学校指定運動着で行います。 ○コンタクトレンズやメガネを使用している人は、装着したまま視力検査を行います。 ○メガネは忘れずに持ってきてください。
内科検診(全学年) ※4日間のうち、いずれかの日に受けます。	5月14日(水) 13:30～ 5月28日(水) 13:30～ 6月11日(水) 13:30～ 6月25日(水) 13:30～	○学校指定運動着で行います。 ○金具のついたものは外してきてください。
耳鼻科検診(1学年のみ)	5月8日(木) 9:00～	○髪の毛の長い生徒は、耳が隠れないようにピンで止めるか、結んできてください。
眼科検診(1学年のみ)	5月29日(木) 13:30～	○メガネは忘れずに持ってきてください。
歯科検診(全学年) ※3日間のうち、いずれかの日に受けます。	5月15日(木) 9:00～ 5月22日(木) 9:00～ 6月2日(月) 13:30～	○口の中を清潔にして受けましょう。 ○午後の検診の日は、食後に必ず歯みがきをしてください。
尿検査(全学年) ※提出日:3回	1回目:5月13日(火) 2回目:6月2日(月) 3回目:6月16日(月)	○朝のうちに提出してください。 ○理由がなければ1回目に提出してください。 ○2回目、3回目は、再検査のためです。

受診・治療が必要な生徒には後日『受診勧告』を渡します。
必ず専門医を受診してください。



◇ 学校医・学校薬剤師の先生方です

健康診断だけでなく、学校活動でのケガや病気になった時に、皆さんの健康的な学校生活を様々な面からサポートしてくださる先生方です。

内科	増田 剛太郎	先生(なかの杜セントラルクリニック 那珂市菅谷)
眼科	林 誠一郎	先生(林眼科医院 水戸市赤塚)
耳鼻科	関 哲朗	先生(せき耳鼻咽喉科クリニック 那珂市菅谷)
歯科	小豆畑 拓夫	先生(小豆畑歯科医院 那珂市菅谷)
支援医(内科)	小野瀬 好良	先生(小野瀬医院 那珂市後台)
支援医(歯科)	小豆畑 明子	先生(小豆畑歯科医院 那珂市菅谷)

