

# 保健通信

第1号

2024.4.22  
水戸農業高等学校  
保健室



## 健康診断がはじまります！

健康診断は、自分の発育や健康状態について正しく理解し、自己管理能力を高めるために行う大切な行事です。もれがないように、受けましょう。



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

## ＼新年度がスタートしました／

新年度は、期待やワクワク感で満たされている一方、初めてのことや覚えることが多くてあわただしい毎日が続きます。自分が思っている以上に心身の疲れをためてしまうこともあります。よく食べて、よく寝て、自分のペースを見失わないでください。今年度も保健室では皆さんが心身ともに健康に過ごせるようにサポートしていきますので、どうぞよろしくお願い致します。



## 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時間です。)



けがの応急処置をする。



不安や悩みを話したり、  
相談したりできる。



身体の成長や状態を  
知ることができる。



## 保健室利用の心得 ルールを守って！

1. 休養する時は必ず先生に伝えてから来室しましょう。
2. 内服薬は渡していません。  
→ 痛み止めなど普段から薬を必要とする人は、自分で用意するようにしましょう。
3. ケガは応急処置のみで、継続的な処置は行いません。  
→ ばんそうこうや湿布の貼りかえは家でしてきてください。
4. 保健室内でのスマホ使用・飲食は禁止です。
5. 湯たんぽなど、保健室から借りた物はその日のうちに返しましょう。



## 災害共済給付制度を知っていますか？

皆さんは、学校の中での災害によって病院で受診すると、かかった医療費を請求できる保険に加入しています。

- 授業中・休憩中・学校行事・部活動・登下校中など、学校の管理下におけるケガ等
- 病院での窓口での支払いが1,500円以上（自己負担3割）

この2つが請求の条件です。

申請の用紙が保健室にあるので、必要になった時は取りにきてください。



## お世話になる学校医の先生を紹介します！

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

