



ほけんだより

令和 7 年 4 月 8 日
兵庫県立尼崎高等学校



入学・進級おめでとうございます



気持ちを新たに始まる生活にわくわくしている人、やる気に満ち溢れている人、少し不安な人、みなさん色々な気持ちを抱えていることでしょう。高校生活がみなさんにとって温かい毎日になるよう保健室からお手伝いをします、二階堂と宮本です。よろしくお願いします。



保健室のルール

みんなが安心して過ごすことができるようにルールを守ってくださいね

★ 体調不良のとき



- 1 保健室を利用する場合は、友人もしくは担当教員に連絡してから来室してください。(特に体育の授業を保健室で休養する場合は、原則体育の担当教員へ他人を介さず、自分で欠席することを伝えてから保健室に来てください。)
- 2 休み時間に来室しましょう。授業中、急に体調が悪くなった時は授業の先生と相談して来室しましょう。
- 3 保健室での休養は原則1時間です。また、保健室で休養した授業は欠席扱いとなります。
- 4 保健室では内服薬(痛み止めや風邪薬など)はありません。必要な人は自分で用意しましょう。

★ ケガをしたとき



- 1 すり傷や切り傷は必ずきれいに洗ってから来室しましょう。
- 2 学校で起きたケガで病院受診したときなどは必ず担任の先生や顧問の先生に伝えて下さい。
- 3 保健室では学校で起きたケガの手当をします。学校以外でのケガは家で手当てをしてから登校してください。また、絆創膏や湿布の貼り替えなども自分で用意しましょう。

★ その他



- 1 しんどい人が保健室で安心して過ごせるように、保健室ではできるだけ静かにしてください。
- 2 制服や体操服の替えはありません。学年の先生に相談してください。

スポーツ振興センターについて

授業中や休憩中、部活動、登下校中にケガをして病院に行った場合、スポーツ振興センターの災害共済給付制度により、医療費が給付されます。(条件に満たない場合もあります。)必要な書類は保健室で渡しますので、学校の管理下でケガをした場合は、保健室に申し出るようにしてください。

ただし、相手が判っている交通事故などは対象になりません。





4月から以下の日程で健康診断を実施します。健康診断を欠席してしまうと、自分で病院に行って、受診してもらうことになるので、できる限り欠席しないようにしましょう。また、各種検診の結果、疾病の疑い等で通知を受け取った際には、必ず医療機関を受診するようお願いします。

April

月	火	水	木	金
7 ①～③は学年を表しています		9 ③聴力検査	10	11 ①心電図・ X線検査
14	15 尿検査	16 尿検査 身体測定	17 ②耳鼻科	18 ③内科 ③眼科
21	22 ③耳鼻科	23 ②内科	24	25 歯科 ②眼科
28	29 昭和の日	30 歯科	1 尿検査	2 ①内科

学校医の先生を紹介します

<内科> 中馬 敦 先生
<歯科> 花田 勝則 先生
<薬剤師> 前川 彰子 先生

<耳鼻咽喉科> 瀬尾 律 先生
<眼科> 平島 崇史 先生



キャンパスカウンセリングについて

本校では、スクールカウンセラーである中谷先生に月2回程度来ていただき、カウンセリングを行います。しんどいこと、悩んでいること、ちょっと息抜きに話を聞いてほしいなど、どんな内容でも構いませんので、気軽に予約してみてください。予約は、担任や保健室まで申し出てください。また、保護者の方もぜひご利用ください。



Ⅰ学期 カウンセリングの予定

4月14日(月)AM
 23日(水)PM
 5月1日(木)AM
 7日(水)PM
 29日(木)PM
 6月2日(月)AM
 16日(月)PM
 19日(木)PM