

# 健宝通信

令和4年4月11日  
県立宝塚高等学校 保健室



満開の桜とやわらかな春の日射しの中、入学や進級を迎え、新しい生活が始まりました。新しい環境の中で緊張や不安もありますが、充実した学校生活を送るためには、健康であることが基盤です。新型コロナウイルスの感染者も増加傾向です。感染予防に留意し、規則正しい生活を心がけましょう。



4月

スケジュール

実施日	項目	対象
12日(火)	身体測定	全学年
13日(水)	心電図・X線	1年
14日(木)	内科検診	1年
15日(金)		
19日(火) 20日(水)	内科検診	2年または3年
26日(火) 27日(水)	尿検査(1次)	全学年
28日(木)	眼科検診	全学年

5月

実施日	項目	対象
6日(金)	内科検診	2年または3年
13日(金)	耳鼻科検診	1年
27日(金)		2年
30日(月)	尿再検査	対象者
31日(火)		

新学期は様々な健康診断が始まります。高校生の時期は、心身ともに大切な成長期です。健康診断は、自分自身の成長の様子や健康状態を知る大切な機会です。他人との比較ではなく、自分自身の体調管理や健康増進に役立ててください。

## 保健調査票の記入

年度始めに保健調査を行います。保護者の方と一緒に健康状態を確認し、健康管理カードの健康状況調査に記入しましょう。保健調査は様々な検診の際に使用します。

各検診の結果、受診や詳しい検査が必要な人には「検診結果のお知らせ」を通知します。

お知らせをもらったら、必ず受診をしましょう。

健康診断の結果、学校生活の配慮が必要な場合もあります。

その後の自己管理が大切です。



## 今年お世話になる 学校医の先生方です

- 内科 佐藤 憲二 先生
- 眼科 渡邊 晶子 先生
- 耳鼻科 梅村 仁 先生
- 歯科 小田中 理 先生
- 薬剤師 鈴木 亮 先生
- キャンパスカウンセラー 坂田裕子先生  
高井祐子先生



### ○4月のカウンセリング予定

4月11日(月) 13:30~16:30 高井先生

4月18日(月) 13:30~16:30 坂田先生

4月25日(月) 13:30~16:30 高井先生

新学期の新しい環境の中で、疲れがたまることもあります。身体がだるい、朝起きにくいなどの身体の症状がでたら、早目に相談してください。

\*はあとふるルームは新館3階にあります

\*相談を希望する人は、担任の先生か保健室に申し込んでください。