

保健だより vol.1



2023.4.10

高工保健指導部

1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2・3年生の皆さん、進級おめでとうございます。新しい環境、新しい人間関係が始まり、楽しみな反面、緊張やとまどいも多いと思います。心も身体も健康で充実した1年となるよう、サポートしていきたいと思っています。疲れや不安が溜まってしまった時には、頑張りすぎずいつでも相談に来て下さい。1年間よろしくお祈いします。

保健室紹介

- ◆場所：管理棟1階～教務室（普通科の先生の職員室）、事務室などがある校舎です～
- ◆養護教諭：全日制2人（新井・中島）、定時制1人（倉上）の3人です。

～利用のルール～

- ①休み時間に利用しましょう！
- ②休養は、原則1時間を目安にしています。
- ③保健室での処置は、応急的なものです継続的な処置は行いません。
- ④飲み薬はありませんので、頭痛や生理痛等が心配な人は、常備薬を持参してください。

健康診断も保健室で行いますので、場所を覚えておいてくださいね！



～連絡～

- ・学校管理下でケガをして受診をした場合には、スポーツ振興センターの申請対象となりますので、保健室まで必要書類を取りに来てください。
- ・緊急連絡先が変更になった場合には、お知らせください。

新型コロナウイルス感染症について



自分が感染しないように、誰かに感染させないように、自分でできる感染症対策を引き続きお願いします。体調管理は、自己管理。自分の健康は自分で守りましょう。



- ◆登校前、家で検温と体調確認をする・・・学校に行っても大丈夫か、確認するのがエチケット！
- ◆マスクの着用は個人の判断になりますが、6月まで続く健康診断では、状況に応じてマスクを使用することがあるかもしれません。健康診断の時や体調不良の時に使用することもあるかもしれないので、予備のマスクを鞆に入れておきましょう。

スクールカウンセラー紹介

- ◆本校のスクールカウンセラーの先生は、へっく別宮 ゆきのり幸徳先生です。月に1～3回程来校します。
- ◆新学期が始まり、心身の疲れや不安・人間関係・親子関係・進路の悩み・性格の悩みなど、人それぞれ色々な悩みがあると思います。「カウンセリング」と聞くと、抵抗を感じる人も多いと思いますが、“医者でも学校の先生でもない、安心して話せる専門家”に“ちょっとしたお悩み相談”として利用が可能です。話す気持ちが楽になることもあります。
- ◆気軽に、早期に、皆さんの心が少しでも軽くなれば良いなと思っています。
- ◆申し込みは、担任、保健室、教育相談係の先生、その他自分が相談しやすい先生でOK！



健康診断予定表

* 詳細な時間や、服装の注意点などは、後日クラスに配布する資料を確認してください。

* 実施について、心配なことや、配慮が必要なことがある人は、事前に保健室にご相談ください。

日付	時間	行事	対象学年	備考
4月12日(水)	2～4時間目	身体測定 視力検査	全学年	メガネがある人は忘れずに持参する
4月14日(金)	2・3時間目	聴力検査	3年生	
4月14日(金)	5・6時間目	聴力検査	1年生	
4月20日(木)	朝提出	尿検査①	全学年	
4月20日(木)	9:55～	歯科検診	3年生	歯を磨いてくる
4月21日(金)	朝提出	尿検査①	全学年	
4月24日(月)	13:30～	胸部 X 線撮影	1年生	無地の T シャツ着用 (体育着で OK)
4月27日(木)	9:00～	心臓検診	1学年	女子はブラウス、 男子は Y シャツか T シャツ
5月9日(火)	13:40～	内科検診	2年生	
5月11日(木)	8:55～	歯科検診	2年生	歯を磨いてくる
5月31日(水)	朝提出	尿検査②	全学年	未提出者および再検査者
5月31日(水)	14:00～	耳鼻科健診	抽出者	問診票から抽出
6月5日(月)	13:40～	内科検診	3年生	歯を磨いてくる
6月8日(木)	11:30～	貧血検査	2年生女子	後日同意書配布
6月12日(月)	13:40～	内科検診	1年生	
6月14日(水)	9:30～	眼科検診	全学年	
6月15日(木)	8:55～	歯科検診	1年生	歯を磨いてくる
6月16日(金)	朝提出	尿検査予備日	全学年	未提出者および再検査者
7月4日(火)	9:30～11:30	予備検診(心臓・貧血)	未受験者	会場：高崎東高
7月5日(水)	9:30～11:30	予備検診(心臓・貧血)	未受験者	会場：高工
9月12日(火)	9:00～15:20	献血	希望者	事前に希望調査

お世話になる学校医の先生

☆内科 じゅん内科：安部 純 先生

井草医院：井草 秀樹 先生

☆歯科 相馬歯科医院：相馬 豊 先生

☆眼科 高山眼科：石原 克彦 先生

☆耳鼻科 宮下耳鼻科：宮下 元明 先生

☆薬剤師 野口 智樹 先生

