



# ほけんだより

# 4月



令和8年4月6日  
足柄高等学校  
保健室

入学・進級おめでとうございます。暖かな春の季節になりました。新しい環境の変化を、期待や戸惑いなど様々な気持ちで迎えているかと思います。勉強や部活動など、集中して取り組みたいこともありますね。保健室では、自分自身の健康を知り、元気に学校生活を送れるよう、応援していきます。

## 保健室の利用について

### ①原則、休憩時間に使用してください

授業担当の先生や周囲の人に伝えてから利用しましょう。

### ②保健室での休養は、基本1時間です

発熱がある場合や1時間の休養で回復しない場合は早退し、自宅での休養をお勧めします。

保健室で休んでいる間の授業は、欠席扱いです。

### ③内服薬の用意はありません。

必要な場合は各自で用意し、持参してください。

養護教諭の久保寺と松倉です。  
皆さんの心身の健康をサポート  
していきます。困ったときは相  
談してくださいね♪



## ～ 日本スポーツ振興センター ～

### 災害共済給付制度について

学校管理下でケガをした時に、医療費等の給付を受けられる制度があります。

#### 学校管理下とは

授業中・休憩時間中・学校行事・課外活動・通学中 など

#### 給付対象となる治療

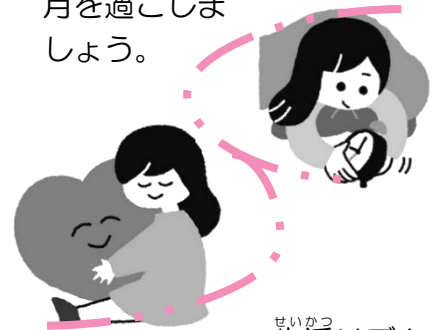
3割負担の場合は、自己負担の総額が1500円以上の医療費



※医療助成を使用し、窓口負担がなかった場合でも、金額によって給付が受けられません。受診した場合やご不明なことがある場合は、保健室までご相談ください。

## 心と身体の健康

新学期は知らず知らずのうちに疲れが溜まりがちです。自分の心と身体をリフレッシュさせながら、無理なく4月を過ごしましょう。



生活リズムを意識して整えることも、気持ちの切り替えにオススメです。

# 健康診断のお知らせ

健康診断が始まります!!

自分の成長と健康状態を知る機会にしましょう。



月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6 始業式	7 入学式	8	9 【身体計測】 全学年 9:00~ ☆体操着が必要	10	11	12
13	14 【心電図】 1年生 9:00~ ☆体操着が必要	15	16 【内科検診】 3年生 9:00~ ☆体操着が必要	17	18	19
20	21 【尿検査:1次】 全学年 	22 【眼科検診】 全学年 13:30~	23	24	25	26
27	28	29	30			

## 5月の検診予定

- 5月13日(水) 尿検査2次 (2次対象者、未提出者)
- 5月14日(木) 歯科検診全学年
- 5月15日(金) レントゲン検査1年 体操着が必要
- 5月28日(木) 内科検診2年 体操着が必要

## レントゲン検診(1年生)

~ 欠席での注意点 ~

欠席した場合は、業者の検査機関(横浜)まで保護者の方に連れて行っていただくことになります。ご承知おきください。

## 6月の検診予定

- 6月9日(火) 尿検査3次 (2次対象者、未提出者)
- 6月11日(木) 耳鼻科検診1年
- 6月25日(木) 内科検診1年 体操着が必要



## お世話になる学校医の先生です



- 【内科】河野 典博 先生 (この内科クリニック): 南足柄市
- 【眼科】笠木 靖夫 先生 (眼科さくらクリニック): 開成町
- 【耳鼻科】武田 啓介 先生 (武田耳鼻咽喉科): 大井町
- 【歯科】萩原 学 先生 (萩原歯科医院): 南足柄市
- 【薬剤師】渡邊 浩一 先生 (芙蓉薬局): 小田原市