

保健だより 4月号

天草高校 定時制

2023/4/10 (月) 発行

文責：平田

みなさん、入学&進級おめでとうございます！

これから1年を通して、みなさんに知ってほしい健康・保健の情報をどんどん提供していきます。どうぞ保健だよりをよろしくお祈いします。







健康診断をはじめます

各検診の詳しい説明は、検診の前日にそれぞれプリントを配付します。

当日持ってくる物や準備しておくことや服装は、そのプリントで必ず確認して下さい。

【2023年度 健診スケジュール】

日	月	火	水	木	金	土
4/9	10 始業式 入学式	11	12 身体測定 	13 内科検診 歯科検診 耳鼻科検診	14 	15
16	17 胸部検診 (1年生)	18 	19 心臓検診 (1年生)	20 	21	22

健康診断を欠席したら？

予備日に受けてもらうことになります。

ただし、

1. 予備日は校医さんの御都合で決まります。
2. 時間は平日の昼間になります。
3. 各病院まで自分で検診を受けに行きます。

体調不良等は仕方ありませんが、

なるべく検診の日には、休まないことをおすすめします。

健康診断のお約束



学校医さんに
あいさつを



健診中は
お静かに



人の結果は
気にしない

保健室はどこにある？

2年次以上にはおなじみかと思いますが、保健室の場所をお知らせします。



保健室にくるのは……

- ケガをしたとき
- 体調が悪いとき
- 不安や悩みごとがあるとき
- 体のことや健康のことについて聞きたいことがあるとき。 など

保健室での約束

- 入るときは、ノックとあいさつをしましょう。
- 基本的に保健室では市販の薬は渡していません。
普段使っている薬は、自分で用意をしましょう。
- 保冷材やタオルを借りたら、きちんと返却しましょう。
- イスなど使ったものは元の場所に戻しましょう。
- ものを使う時には、私（養護教諭）に一声かけてください。
- 保健室の中のものを壊したり、汚したりしたときには、教えてください。
だまってそのままにしないようにしましょう。



保健室は、全日制の生徒も使用します。
掃除も、みなさんが登校する前に全日制の生徒さんがしてくれています。

保健室をきれいに使いましょう！

ごあいさつ

養護教諭の平田紀美子です。天草高校定時制3年目になりました。

今年度は生活習慣でも特に睡眠について力を入れていこうと思いますので、みなさんも協力をお願いします！