

# 保健だより 4月号

令和5年4月11日発行  
松戸市立松戸高等学校 保健室

いよいよ新年度がスタートしました。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。

皆さんの高校生活が充実したものになるよう、保健室から応援していきたいと思  
います。ケガをした時、体調が悪い時、心の元気がない時など気軽に利用してください。

その他、自分の体について知りたいときや身長・体重を計りたいときなども保健室に  
来てくださいね。よろしくお願いいたします。

## ●保健室は3名体制でスタートです！よろしくお願いいたします！●



養護教諭の我妻 明日香です。

市松8年目になりました！保健室は管理棟の1階にあります。体調  
不良やけがのときはもちろん、身長や体重の計測、相談したいことが  
あるときなど、いつでも気軽に保健室に来てくださいね♪

養護教諭補助の平澤 知子です。

これまでは都内の大学病院で看護師として3年間勤務していま  
した。医療系を目指している方はもちろん、そうでない方もお  
話しに是非保健室にいらしてください☆



養護教諭補助の鴫田 優里奈です。

茨城県から来ました。皆さんと一緒に楽しい毎日を過ごせたらいいな  
と思っています！たくさんお話ししたいのでいつでも気軽に話しかけて  
ください♪どうぞよろしくお願いいたします！

## ●保健室の利用ルールについて● こんなとき、気軽に来てください♪

### ◆体調が悪くなったとき

先生か友人に保健室へ行くことを伝えてから来てください。休養は原則として1時間まで。  
(回復の見込みがある場合と経過観察の必要な場合に限る) 内服薬は与えません。

### ◆ケガをしたとき

応急手当をします。ただし処置はその日に学校で発生したけがについてのみです。

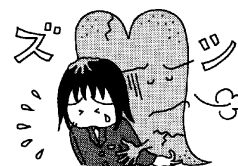
### ◆こころが元気じゃないとき、悩みごとがあるとき

いつでも相談にのります。どうすればよいか一緒に考えましょう。

スクールカウンセラーの浦沢先生(火曜日・木曜日)との面談を予約することもできます。

### ◆自分の体や健康について知りたいとき、調べたいとき

身体についての書籍や資料がありますので、ぜひ利用してください。身体測定や体脂肪・筋肉量の  
測定もできます。保健室で休んでいる人もいますので、保健室内では静かにしてください。



## ● 4～5月の定期健康診断予定 ●

こちらの表を見て、当日は欠席せず、全員が健康診断を受けられるようにしましょう

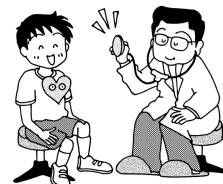
月	日	曜	項目	対象	会場
4	11	火	胸部レントゲン検査	1年生	調理室前検診車
4	12	水	心電図検査	1年生	会議室・保健室
4	13・14	木金	尿検査(1次)	全生徒	クラスにて回収
4	19	水	内科検診(皆川先生)	1・2・3年生	保健室
4	24	月	内科検診(岡先生)	1・2・3年生	保健室
4	25	火	尿検査(1次・2次)	未提出・要再検査者	クラスにて回収
4	26	水	心電図検査二次	該当者	松戸市医師会
5	2	火	身体計測	全生徒	スポーツテストと同時展開の予定
			視力検査		
5	9	火	尿検査(2次)	要再検査者	保健室にて回収
5	10	水	内科・運動器検診(菅原先生)	1・2・3年生	保健室
5	15	月	内科検診(岡先生)	1・2・3年生	保健室
5	15	月	尿検査(2次最終)	要再検査者	保健室にて回収
5	17	水	内科・運動器検診(菅原先生)	1・2・3年生	保健室
5	30	火	内科検診(皆川先生)	1・2・3年生	保健室

★耳鼻科検診、眼科検診(色覚)の希望調査を5月前半に行う予定です。

★6月以降の健康診断予定は来月の保健だよりに掲載します。

★健康診断は、皆さんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。

この機会に自分の体のことをきちんと理解し、健康的な生活を心がけていきましょう。



### 学校でのけがで受診した場合、医療費が戻ってきます！保健室まで！

学校で起こったけが(体育等の授業、部活動中、登下校中など)で病院もしくは整骨院にかかった時は、入学時に加入した保険(スポーツ振興センター)から医療費が下りる仕組みになっています。 ※自己負担(窓口で払ったお金)が1,500円以上の場合に限る

**手続きの説明と書類の配布は保健室で行っています。請求を希望する場合は保健室に来てください。**

※けがをした日から2年が経過すると時効になってしまい請求ができなくなってしまいます。まだ請求をしていないけががある場合は早めに保健室まできてください。また、相手のいる交通事故は給付の対象にならないので、ご注意ください。

