

# ほけんだより

# 4月

青森県立大間高等学校  
保健室  
令和6年4月9日発行



新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます。高校生活がスタートしましたね。初めはワクワクと不安な気持ちでいっぱいだと思います。心も身体も健康に、楽しい高校生活を送ってください！

2、3年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しい1年が始まります。新たな気持ちで夢や目標に進んでいきましょう！



## 4月の健康診断日程



日にち	時間	対象学年	検査項目	場所
4月9日(火)	11:00~12:00	全学年	身体計測 視力検査 聴力検査	体育館・各教室
4月10日(水)	~8:45	全学年	尿検査1回目	保健室
4月11日(木)	12:00~12:35	1学年	胸部検診	検診車・保健室非常口
4月12日(金)	13:20~14:30	1学年	心電図検査	保健室
4月23日(火)	~8:45	全学年	尿検査2回目	保健室
4月26日(金)	10:00~10:35	全学年	耳鼻科検診	保健室

### 5月にも健康診断があります！

- 5月9日(木) : 歯科検診(全学年)
- 5月16日(木) : 内科検診(男子)
- 5月17日(金) : 内科検診(女子)
- 5月21日(火) : 骨密度検診(全学年)
- 5月22日(水) : 眼科検診(全学年)



### 健康診断が終わったら

各検診終了後、健康診断結果のおしらせを配布します。各検診の結果が記載してあるため、渡ったら必ず確認してください。

そして、受診の必要がある生徒は早めに受診し、保健室に受診票を提出してください。

### 健康診断の目的は？

毎年行う健康診断。毎回なんとなく受けていませんか？今年の健康診断は、目的を意識して受けてみてください！

- ① 病気の早期発見  
様々な検査や測定を通して、自覚症状のない病気を見つけることができます。
- ② 自分の身体を知る  
自分の身体の成長や健康状態を知ることができます。自分を知ることが健康の第一歩！健康診断の目的をしっかりと理解して、自分の健康を考える機会にしてください。



## 保健室利用について

保健室は、体調が悪いときやけがをしたときはもちろん、悩みや相談があるときなど気軽に利用してくださいね。みんなが快適に過ごせるように、保健室のルールを守りましょう。

### 保健室利用のルール

- ① 保健室に来る前は、授業の先生か担任の先生に必ず伝えましょう。
- ② 保健室での休養は、原則1時間までです。  
それ以上休んでもよくなるないときは早退となります。
- ③ 薬品類の使用はしません。薬が必要な場合は、各自持ってきてください。

## 学校管理下（授業・部活・登下校等）でのケガで受診したらお知らせください！

○独立行政法人日本スポーツ振興センターと高等学校安全互助会の共済制度に加入しています。

学校管理下でケガをした場合などに、医療機関で治療を受けたとき、医療費の給付が受けられます。給付手続きは学校で行います。ケガをした状況やその後の措置など記入してもらう用紙が保健室にあるので、もし学校管理下でけがをしたら保健室にお知らせください。

**給付の範囲**：最初に受診したときから治療が終了するまでにかかった額が合計500点（5,000円）以上のもの。（医療機関の窓口でのお支払いが合計1,500円以上のものとなります。また、ひとり親や子ども医療費助成などの制度を利用し、窓口でのお支払いが無かった場合でも、500点以上であれば給付が受けられます。）

**給付の対象**：学校管理下とは

- ・授業中 ・休み時間 ・課外活動（部活動※学校外や休日なども含む）
- ・登下校中 ・学校行事（遠足、体育祭など）

**給付の期限**：災害発生時から2年以内

**申請方法**

- ① けが等が発生したら保健室に報告する。
- ② 保健室で必要な書類を受け取り、記入し保健室に提出する。
- ③ 記入してもらった書類をもとに、学校が給付の申請を行う。
- ④ 学校の規定に従って給付を行う。

分からないことがあったら、  
保健室に聞いてください！



大間高校のみなさん、はじめまして！

むつ市の大湊高校から来ました、秋元 真咲（あきもと まさき）です。  
みなさんが健康に、明るく楽しく生活できるように、精一杯サポートしていきます。  
保健室にいるので、気軽にお話ししに来てくださいね。  
どうぞよろしくお願いいたします！

よろしく  
お願いします

