



令和6年5月号
横芝中学校
保健室

5月6日は「立夏」、暦の上では夏の始まりです。新緑が美しく爽やかな風が吹くこの時期は、運動をするととても気持ちがいいですね。でも、体はまだ暑さに慣れていないため、急に激しい運動をすると熱中症の危険があります。運動をする時はこまめな水分補給を忘れず、疲れたら無理せず休むようにしましょう。

.....★★★★★★★★★★

ケガで医療機関を受診したときは

授業や部活動中のケガで医療機関を受診した際は、学級担任や顧問にお知らせください。スポーツ振興センターの手続きをとらせて頂きます。以下のような例でも対象となります。

例1 部活動中に熱中症になった。

例2 修学旅行中に限り、体調不良で受診した時。



！！1つの事故でケガをしたもののうち、完治までに窓口負担で1500円以上のものが対象です。ごくまれに申請できない事例があります。複数の事故のケガの受診など迷ったり困った際は養護教諭まで連絡ください！！

毎週火曜日は衛生点検の日

保健委員会では、毎週火曜日衛生点検をしています。爪が切っているか、ハンカチを持っているかチェックしています。

爪のチェック

手のひら側から指先を見たとき、爪がはっきりと見えたら、伸びすぎのサインです。



ハンカチのチェック

きれいなハンカチを毎日持ってきましょう。また、体操服やジャージに着替えた時も、ポケットに入れるようにしましょう。

治療勧告書を配付しています

健康診断が始まりました。5月1日に、視力検査・聴力検査・眼科健診・耳鼻科健診の治療勧告書を配付します。(異常があった場合のみ配付しています。歯科健診のみ、全員配付します) ご確認をお願いします。



健康診断が続いていきます 5月の予定

期日	時間	項目	対象者
5/1 (水)	8:40まで	尿検査 1次予備日	1次未提出者
5/8 (水)	13:30~15:00	内科健診	3年生
5/13(月)	8:40まで	尿検査 2次	1次陽性者 1次未提出者
5/21(火)	9:40~11:20	貧血・生活習慣病予防検診	1年生 2,3年生一部
5/28(火)	8:40まで	尿検査 2次予備日	2次未提出者 1次未提出者
5/30(木)	8:40~12:00	歯科健診	全学年

○尿検査1次で未提出の人は、2次検査で忘れずに提出してください！



セクハラ相談窓口

本校では、生徒・保護者の皆さんが安心して学校生活を送れるよう、「セクハラ相談窓口」を設置しています。セクハラとは「セクシュアル・ハラスメント」の略で、「相手を不愉快にさせる性的な言動」のことです。（個人的な容姿や体型のことを言われて不快だった、授業中に頭をなでられ気持ち悪かったなど）学校生活において、セクハラだけではなく、いじめ、体罰、虐待、友人関係や家族のこともかまいません。まずは学校のセクハラ相談員まで遠慮無く相談してください。（他の相談しやすい職員でもかまいません。）

<横芝中学校 セクハラ相談窓口>

稗田 充（教頭）
佐藤 倫子（教諭）
内野 宏美（養護教諭）
遠藤 直人（スクールカウンセラー）

友達・家族・先生に、どうしても相談できなくて困っている時は、**こころの相談箱**を使ってください。保健室前の廊下の、ピンクのポストです。相談用紙も一緒においてあります。記入したら、相談箱の中に入れてください。

