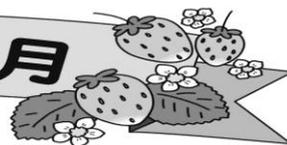


# 保健だより 4月



松山中央高校  
保健室  
R5. 4

新しい年度がスタートしました。  
春、真っ盛り。みなさんの笑顔が咲きあふれる  
学校生活になることを願って、保健室がお手伝い  
をしたいと思います。どうぞよろしくお願いま  
す。

## 4月の保健目標

### 基本的生活習慣の確立

#### 感染症の予防対策について

- 1 栄養、休養、睡眠を十分にとり、体の抵抗力を日頃から高めておきましょう。
- 2 登校前に検温をして、発熱やかぜ症状のあるときには、無理をしないで、自宅療養をして、必要に応じて受診をしてください。
- 3 こまめな手洗いや、3密(密集・密閉・密接)を回避し、教室の換気も積極的に行いましょう。

※ 学校は集団生活の場ですので、一人ひとりが感染予防対策を意識して取り組みましょう！

#### 保健室では・・・

みなさんが心身ともに健康で充実した学校生活を送れるよう、心と体をサポートしていきます。学校でケガをしたり、体調が悪くなったときはもちろん、悩みごとや相談があるときにも、来室してください。

ただし、保健室で行う処置は、あくまでも「応急手当」です。それ以降の継続した処置や治療は、医療機関や家庭で行ってください。

また、アレルギー等も考慮し、**内服薬は投与できません**ので、必要な場合には各自で常備するようにしてください。

**マスクやハンカチ・ティッシュ等の衛生用品も、各自で持参しておいてください。**

#### 本校の学校医の先生方です！！



- 《内科》 越智 貴紀 先生  
おち内科・ペインクリニック
- 《歯科》 渡部 芳雄 先生  
サウス歯科医院
- 《眼科》 五藤 智子 先生  
はなみずき眼科
- 《薬剤師》 宇都宮 圭 先生

#### 健康診断がはじまります

各検診後に何らかの異常の疑いがある人には、「検診結果のお知らせ」を渡します。学校検診はスクリーニングが目的です。精密検査を受診した結果、異常がない場合もあります。しかし、疾病の早期発見・早期治療のために、できるだけ早めに、専門医へ受診することをお勧めします。

#### 日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について



学校の管理下（授業中・休み時間・部活動中・学校行事・登下校中の自損事故等）においてけが等をして、医療機関で治療を受けた場合、日本スポーツ振興センター（以下センターと称す）の給付制度基準に該当していれば、センターに給付金を請求できる制度です。（給付基準については、センターのホームページにも書かれています。）給付の手続きは学校で行いますので、学校管理下で負傷等をした場合には、HR担任や部活動顧問等、関係の教職員にその災害について早めに報告をしてください。具体的な諸手続き方法については、適宜、保健室等で説明をします。