

保健だより 4月号

徳島県立小松島高等学校
令和8年4月14日発行

新年度が始まりました！1年生のみなさんは、ようこそ小松島高校へ！新しい環境に少しずつ慣れていって、勉強や部活等、いろいろな事に挑戦をして充実した高校生活にしてくださいね。

2・3年生は新しい学年となりました。昨年度よりさらに成長した姿が見られることを楽しみにしています。それぞれの目標に向けて、みなさん体調にも気をつけながら頑張ってくださいね！

定期健康診断を実施しています

4月～6月にかけて定期健康診断を実施しています。定期健康診断は、年に1回の自分の健康状態を知る良い機会です。また、事故等に繋がる体の不調を早期に見つけ、学校生活を安全に送るという大切な意味も持っています。学校での健診は下のような日程で実施します。なるべく欠席をしないようにし、返却される結果は必ず確認し、病院受診が必要な時は、早めに受診をするようにしてください。

1年生については、1年生のみ受診の健診がいくつかありますので、注意してください。

<令和8年度健康診断実施日>

4月 9日 (木)	身体計測
4月21日 (火)	胸部レントゲン検査 ※1年生のみ
4月21日 (火)	内科検診1回目 (女子検診日)
4月22日 (水)	内科検診2回目 (男子検診日)
4月23日 (木)	心電図検査 ※1年生のみ
4月28日 (火)	内科検診3回目 (女子検診日)
4月30日 (木)	耳鼻科検診1回目 ※1年生全員と2・3年の該当者
5月 7日 (木)	歯科検診1回目
5月13日 (水)	内科検診4回目 (男子検診日)
5月14日 (木)	歯科検診2回目
5月26日 (火)	内科検診5回目 (女子検診日)
5月27日 (水)	内科検診6回目 (男子検診日)
5月28日 (木)	歯科検診3回目
6月11日 (木)	眼科検診 ※1年生全員と2・3年の該当者
6月18日 (木)	耳鼻科検診2回目 ※1年生全員と2・3年の該当者

※尿検査 (2回実施予定) は日程未定です。



※内科検診は全6回実施し、全学年対象で行います。(男子と女子で実施日を分けます)
※耳鼻科検診は全2回実施し、1年生全員と2・3年生該当者を半分ずつに分けて実施します。
※歯科検診は全3回実施し、各日5クラスごとに分けて全学年実施します。
※実施する学年やクラスは、その日の時間割等を考慮して決めます。対象クラス等は前日までには連絡します。

定期健康診断実施時の注意

☆担任の先生や保健室からの連絡をよく聞く！

健診がたくさんあるこの時期は、朝や帰りの SHR で大事な連絡をたくさんします。連絡をよく聞いて、健診の開始時間や忘れ物に注意してください。



☆移動は速やかに！

健診をしていただける校医さんは、忙しい仕事の間にみんなの健診をしてくれています。できるだけスムーズに健診が進むように、呼び出しを受けたら、準備をして速やかに移動しましょう。また、貴重品の管理も忘れずに！

☆待っている間は静かに！

健診のとき、校医さんは小さな心臓の音を聞いたり、大事な結果を伝えてくれたりしています。みんなの話し声が邪魔にならないように、待っている間は私語厳禁です。



☆更衣(脱衣)を伴う健診での注意・配慮について

内科検診や心電図検査等、更衣(脱衣)が必要な健診もあります。その際の注意や学校での配慮については別紙で配布しているので、確認し、不安なことがあれば相談してください。

保健室はこんなところです

できること

できないこと

ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふう」にケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときなどは、家に帰ってもらうこともあります。



話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



薬を渡す

薬は病院で出すもので、保健室では出せません。家で使っている薬がある人は、自分で持ってきてきましょう。



治療をする

保健室では応急手当や休養しかできません。ケガや病気の治療は病院ですてもらってくださいね。



みんなでルールを守って、気持ちよく利用してください！

保健室利用のルール

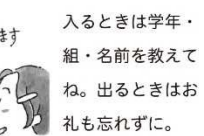
行く前に先生に伝える

黙って保健室に行くともみんな心配します。ひとこと伝えましょう。



入退室のときはあいさつをする

入るときは学年・組・名前を教えてください。出るときはお礼も忘れずに。



保健室内では静かにする

ベッドで休んでいる人がいるかもしれません。大きな声は控えて。

