

ほけんだより ~新学期特別号~



京都府立京都八幡高等学校
南キャンパス 保健部

長い休校がやっと明けますね。今回の感染症の流行で、普通に生活できることの有り難さを実感した人も多いのではないのでしょうか。

しかし、これからも油断は禁物です。一人ひとりが自覚を持って考え行動してください。

若年層の感染も多く確認されています。自分がうつらないことはもちろん、家族や大切な人にうつさないことがとても重要になります。**3つの密を避ける**こと、なにより**手洗い**を徹底して行ってください。

みなさんが元気に過ごせるよう、保健室はサポートしていきます。



こんなとき利用してください

- * ケガをしたときの応急処置に。
- * 体調不良の時の一時休養のときに。
- * 心や体の相談をしたいときに。
- * 体について勉強したいとき、資料を見たいときに。

保健室のルールとマナー

- * 来室時は入口で声をかけて入室の許可をとってください。
- * 休養者が休んでいる場合があります。保健室では静かにすること！
- * 携帯電話の使用、飲食は禁止です。
- * 休養時間は原則 1 時間です。
- * 病院ではありませんので、継続した治療は行いません。
- * 内服薬（痛み止めや胃腸薬）は使用しません。必要な薬は自分で用意すること！

★保健部の先生紹介★

かわばた ゆみこ 先生（家庭）
川畑 由美子
よしざわ ゆか 先生（保健体育）
吉澤 由佳
わにぶち ゆみ 先生（養護教諭）
鰐淵 友美

保健部は、みなさんが健康で安全な学校生活を送れるようにサポートしていきます。また、自分の心と体に関心を持ち、健康に過ごせるよう「ほけんだより」を届けていきます。

保健部の先生は、保健室にいます。それぞれの先生に用事があるときは、名前・用件を申し出てください。

保健室の機能とルールをきちんと理解して、みなさんの健康増進に役立ててください！どうぞよろしくお願いいたします。

スクールカウンセリングについて

予定：6/8 6/22

学校のこと、進路のこと、友人関係のこと、家庭のこと等どんなことでも構いません。悩みがある人は、ひとりで悩まないで相談してみてください。また、相談の秘密は必ず守られます。

カウンセリング
室前に掲示して
います。

カウンセラー 荒井（あらい）美沙希（みさき）先生

場 所 カウンセリング室（5棟4階）

日 時 月曜日（午後 12 時～午後 6 時）

※日時は変更になる場合があります

申し込み方法 ①担任の先生または保健室まで

②当日、カウンセラーの先生に直接申し込む

※①②どちらの方法でも結構です

生徒の皆さんはもちろんのこと、保護者の方もぜひご活用ください！



<健康診断について>

みなさんの体の成長や健康状態を把握し、学校生活に支障がないかを調べます。

日程は調整中です。決定し次第お知らせします。



- 心臓検診・結核検診〈1年生〉
- 身体測定（体重・身長・視力・聴力）
〈聴力は1・3年生のみ〉
- 運動器検診
- 内科検診 ○歯科検診
- 眼科検診 ○耳鼻科検診
- 尿検査 ※朝一番に提出する

健康診断で

<p>こんなことが 分かります</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●発育の状況 (身体計測) ●視力・聴力の目安 (視力検査・聴力検査) ●皮ふの状態 (内科検診) ●栄養の状況 (内科検診) ●からだ・目・耳・鼻・口の病気の疑い (内科・眼科・耳鼻咽喉科・歯科の各検診・心電図検査・結核検診) 	
<p>これは 分かりません</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●正確な視力・聴力 ●病気や不調の原因 ●病名 ●治療法 	<p>視力や聴力が十分でない場合や病気の疑いがある場合は、医療機関で詳しい検査を受ける必要があります。</p>



清掃・ゴミの分別について

清掃の時間が毎日あります。一人ひとりが毎日、きちんと取り組むことできれいな環境が保たれます。

気持ちよく学習できるように積極的に清掃をしましょう。また、学期末や考査前は大掃除の時間があります。

日常清掃でできない箇所を掃除してください。

※掃除の欠席については後日補充があります。

ゴミの分別にも、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、一人一人の協力が必要です。

京都八幡高校では、

- ① **紙パック(中を水洗いする)**
- ② **ビン・カン・ペットボトル(ラベルをはずし、中とキャップを水洗いする)**
- ③ **燃えるゴミ(紙・生ゴミ・ビニール袋・プラスチック容器など)**

鼻をかんだティッシュや使用済みのマスクは、**小さいビニール袋に入れてしぼってから捨てるよう!**

の3種類のゴミ箱を設置しています。回収する人のことを考えてきちんと分別して捨てるようにしましょう。

※自分のゴミは持ち帰ることが基本です。

学校でのけがについて



事故を予防し、安全な生活を送ることが大切です。

しかし万が一、けがをした際には(学校外の場合でも)担任の先生まで速やかに申し出てください。

※学校で負傷し、医療機関で治療を受けた場合は、スポーツ振興センターより医療費の補助が受けられる場合があります。(一定金額を超えた場合等、書類上の審査があります。)窓口は保健部になっていますので、詳細は問い合わせてください。

※登下校時・授業中・部活動中・行事等

保護者の方へ



インフルエンザ等の学校感染症の場合は、**出席停止**となります。感染症の蔓延を予防するためにも、お子様が発熱などの体調不良で欠席される場合は、学校へお知らせ下さい。また、地域の感染症の流行状況についても、ほけんだよりなどでお知らせします。今年度も、どうぞ宜しくお願ひ致します。