

ほけんだより 4

沖縄カトリック中学高等学校保健室 2023年 4月 5日 発行

ご入学・ご進級おめでとうございます！新しい環境や友達との出会いにワクワクしたり、ちょっと緊張したりしているでしょうか。リラックスしながら、焦らさずがんばっていきましょう。今年も保健室から応援しています。この1年皆さんが元気に過ごせますように！！（登川朝子）



春 になるとやってくる、健康診断。よく分らないまま、なんとなく受けていませんか？
でも、みなさんが元気に過ごすために欠かせない大切な行事なのです。しっかり健康診断を受けて今年度も元気に始めましょう！



Q 健康診断って何のために受けるの？

Answer

- + 自分の健康状態や成長を知るため
- + 健康に関する問題や病気の可能性を見つけるため
- + これからの健康な生活に役立てるため

お世話になる学校医の先生です



学校医 宮城伸健先生
学校歯科医 松川隆也先生
学校薬剤師 志田佳央梨先生
スクールカウンセラー 助川菜生先生
内藤直子先生

1年のスタートは健康診断から！

楽しくすこやかな毎日を！



Check

健康診断を受けるまえに…

これだけチェック

- 提出が必要な書類は期日までに
- 校医さんからの質問には、きちんと答えよう
- からだについて不安なことがあれば、校医さんへ伝えよう

1年生

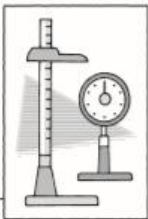
心電図検査

心臓に関する病気がないかを調べます。



身体測定

からだの成長を知るために、身長と体重を測ります。「肥満度」を計算し、成長のバランスも確認します。



POINT

- 身長計の柱に両足のかかとをつけて立とう
- 体重計の中央へ静かに乗ろう

内科検診

栄養状態や皮膚に問題がないか視診や触診で調べます。心臓・肺・気管の音も確認します。



POINT

- 聴診器を使って小さな音を調べているので、静かにしよう

歯科検診

むし菌や歯周病がないかを調べます。あごの状態やかみ合わせに問題がないかも確認します。



POINT

- 歯をきちんとみがいておこう

視力検査

見え方が学校生活において支障ないかを調べます。



POINT

- メガネを持ってくるのを忘れず
- コンタクトレンズをしている人は先生に伝えよう

眼科検診

目の病気がないかを調べます。ものを見るときの目の向きや動きに問題がないかも確認します。



POINT

- 気になることがあれば、担当の先生に伝えよう

運動器検診

腕・脚・背中などの骨や関節、筋肉に問題がないかを調べます。



POINT

- 事前に検査のやり方を確認しておこう

聴力検査

聞こえに問題（難聴）がないかを調べます。

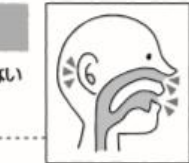


POINT

- レシーバーを耳に当てて、音が聞こえたら合図を

耳鼻咽喉科検診

耳・鼻・のどの病気がないかを調べます。



POINT

- 検査前30分以内は鼻をかまないようにしましょう

尿検査

糖尿病や腎臓の病気がないかを調べます。



POINT

- 当日、朝一番のおしっこをとろう

【健康診断日程表】

4月 7日（金）◆2測（身長体重）

4月 12日（水）◆尿検査（3日間）

*月経中の人は5月17.18日に提出
ファス有！申し出てくださいね。

4月 14日（金）◆諸検査

視力、聴力、心電図

眼鏡 or コンタクトお忘れなく！

4月 27日（木）◆内科検診

5月 9日（火）◆歯科検診

5月 30日（火）◆胸部レントゲン（高1）

諸検査（欠席者）

日本スポーツ振興センター災害共済給付のご案内

ご入学、ご進級、誠におめでとうございます。本校では在学する生徒の不慮の災害に備えて、独立行政法人日本スポーツ振興センターと災害共済給付契約を結んでいます。これは法律に基づき国が定めた制度で、日本スポーツ振興センターの災害共済給付は、学校の管理下において生徒が災害に遭った場合、その治療費や見舞金の給付を保護者の皆様に対して行うものです。

申請を行う場合には医療機関での記入を要する特定の書類がありますので学校までお問い合わせください。

The infographic features a hot air balloon with a striped pattern. Inside the balloon, the text reads: **学校管理下でケガをしたとき 災害共済給付金 を利用できます**. Below the balloon, a cartoon character in a white lab coat holds a telescope. To the right of the character, a box defines 'School Management' (学校の管理下とは?).

学校の管理下でケガをして受診した場合、日本スポーツ振興センターに申請すれば、災害共済給付をうけられます。

医療費の自己負担分の総額が、1,500円以上であることが要件です。専用の申請書類をお渡ししますので、治療を始めたら、すぐに保健室までお知らせください。

学校の管理下とは?
授業中、運動会、遠足、部活動、修学旅行、林間学校、水泳指導、休み時間、登下校中 など

対象 けがを「した」生徒で医療費が1500円以上かつた場合

- ・保険適応外の診療は基本的に対象外です。(保険適応内のみ対象)
- ・けがを「させた」場合に、けがをした相手への医療費お見舞金等はありません。
- ・けがをさせた相手からの損害賠償を受けた場合は、対象外になることがあります。
- ・「モノ」は対象外です。何かを壊してしまった、破損させてしまった場合も対象外です。

範囲 学校の管理下が適応範囲です

- <例>
- 授業中、休憩時間、部活、校外学習、修学旅行、登下校中
 - 修学旅行から帰った日に発熱し翌日受診したらインフルエンザだった
 - 自転車通学中に転倒してけがをした(但し自動車等が関る交通事故は対象外です)
 - × 下校時に寄り道をして学校外施設等で遊んでいてけがをした
 - × 登下校中の交通事故(基本的には対象外です。交通事故での自賠責保険等が優先となります)
 - × 休日の部活動のために保護者が複数名一緒に送迎していた場合の交通事故

時効 けがをした日から2年以内に申請がない場合には時効となります