

# ほけんだより 4月

氷上西高校  
保健室



新しい学年が始まりました。もうすぐ年号も「平成」から新しく変わります。  
新しいことばかりで、わくわくしますね。  
気持ちも新たに、良いスタートが切れるように体調も整えましょう。  
保健室は今年も「井上」が担当します。どうぞよろしくをお願いします。

## ★4月から検診が始まります★

検診は「体育大会」や「修学旅行」と同じ法律で定められた「学校行事」なので  
授業と同じあつかいになります。

一年に一度自分の健康について知り、考える大切な機会です。

日程	対象学年	いつするか	事前に提出するもの	当日の持ち物・準備
身体計測 視力聴力検査	全学年	4月9日(火)		体操服 めがね(必要な人のみ)
心電図 X線検査	1年のみ	4月12日(金)		体操服
歯科検診	全学年	4月19日(金)		歯を磨いてくる
眼科検診 色覚検査	全学年	4月22日(月)	色覚検査申込書 (1年は入学式の日2, 3年は4/11まで)	
尿検査(1次)	全学年	4月25日(木) 26日(金)		朝とった尿
内科検診	2・3年	4月25日(木)	運動器検診問診票 (1年は入学式の日2, 3年は4/11まで)	女子はカップ付きキャミ ソールを着てこない
	1年	4月26日(金)		
尿検査(2次)	再検査の人	5月14日(火)		朝とった尿
耳鼻咽喉科検診	全学年	6月6日(木)		耳そうじをしてくる

スムーズな検診にはみなさんの協力が不可欠です。  
事前に提出するものは期限を守り、当日は私語をせず検診を受けましょう。  
また受診が必要と判断された時は、速やかに病院受診しましょう。



## ★保健室のルール★

1年生の人は氷上西高校の保健室は初めてなのでルールを知っておいてください。

2, 3年生はおさらいしてください。

### その① 保健室で休めるのは1時間だけ

体調が悪くて保健室で休めるのは1時間。それでも回復しないときは早退になります。

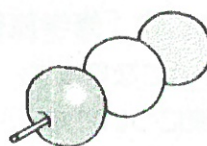
### その② 保健室のものを勝手に使わない

保健室には体温計やばんそうこうなど色々なものがあります。

使うときは「〇〇使います」など一言かけてください。そして大切に使ってください。

### その③ 保健室では飲食禁止

保健室は清潔な空間です。飲食はしないようにしてください。



### その④ 保健室で聞いた話はほかの場所では話さない

保健室では体調が悪い人だけではなく、悩み事を相談する人もいます。

保健室で聞いた話は自分の心の中にとどめておいて、他の人に話したりしないでください。

### その⑤ ベッドに勝手に座ったり寝転んだりしない

見通しを良くするためにベッドのカーテンは常にあけていますが、ベッドは使わないようにしてください。

ルールを守って、居心地の良い保健室づくりに協力してください。

## ❀新元号の話❀

新元号が「令和」に決まりました。

「令和」は日本最古の歌集「万葉集」の中の「梅花の歌」の一文からきています。

その一文は「初春の(令)月にして、気淑く風(和)ぐ」で、意味は「初春の佳き月で、空気は清く澄みわたり、風はやわらかくそよんでいる」です。季節が春に向かおうとしているのどかで麗かな様子が描かれています。

令和には「悠久の歴史と香り高き文化、四季折々の美しい自然、こうして日本の国柄をしっかりと次の時代に引き継いでいく、厳しい寒さの後に春の訪れを告げ、見事に咲き誇る梅の花のように、一人一人の日本人が明日への希望とともにそれぞれの花を大きく咲かすことができる。そうして日本でありたい」という思いが込められています。

