

ほけんだより

加古川南高校 保健部



今年の5月は、ひんやりしたり暑かったり、気候が不安定な日が続いていきますね。体調管理が大変な時期ではありますが、気を引き締めて、6月の南楠祭を元気に迎えましょう。

**5月30日(火)、31日(水)は
1次尿検査の日です。**

**裏面をすみずみまでよく読んで、
必ず提出してください。**

⑨ 全員提出です！



6月も検診が続きます。たくさんありますが、各自しっかりと確認してください。



日程	検診	対象クラス
1日(木)	内科検診	2-1、3-1、3-2、3-3
6日(火)	歯科検診	3年全組
8日(木)	内科検診	2-2、1-1、1-2、1-3
20日(火)	歯科検診	1-1、1-2、1-3、1-4
22日(木)	内科検診	1-4、1-5、1-6
23日(金)	歯科検診	1-5、1-6、2-5、2-6
27日(火)	眼科検診	3年全組、1-4、1-5、1-6
29日(木)	耳鼻科検診	2年全組、3年全組

ちよこっと小話 「〇〇〇〇〇を重ねる」

最近、この言葉を聞いて「ほお！」と思ったことがあります。

〇〇〇〇〇に入る言葉は何だと思いませんか？

答えは「ありがとう」です。「ありがとうを重ねる」って何？と思った人もいるかもしれません。

例えば、体調不良で保健室に来るときに、一緒に来てくれた友達に「ありがとう」と言いますよね。そのあと教室に戻ったら、もう一度その友達に「ありがとう」と言ったことはありますか？

また友達と遊んだ日も「ありがとう」と言いますよね。その次の日にも「昨日はありがとう」と言ったことはありますか？

どちらも意外と少ないのではないのでしょうか。「ありがとうを重ねる」とはこういう意味です。ありがとうを重ねることのできる人は、より人と親密になることのできる人です。ぜひ友達や家族、大切な人にありがとうを重ねてみてください。

* 尿検査要領 * 提出日時は、5月30日（火）朝のSHR厳守！！

【29日（月）SHRにて】

1. 配布物の確認

29日（月）のSHRで配布される物

- ①採尿用 紙コップ ②氏名ラベル（氏名・バーコード入り）
③尿容器 ④提出用個人袋

2. 提出用個人袋にすぐ記入

提出用個人袋に、学校名・学年・組・番号・性別・氏名を記入する。

3. 提出用個人袋の『注意事項』、『採取方法』をよく読む

【30日（火）の朝、自宅にて】

1. 起床後すぐに採尿

提出用個人袋の『採取方法』に従って、検尿用紙コップに尿を採り、容器をスポイトのようにして尿を吸い上げ、フタをしっかりとめる。



2. 氏名ラベルを容器に貼る

氏名ラベルをバーコード
が見えるようにタテに
貼る。

3. 提出用個人袋に入れる



【30日（火）朝のSHRにて】

1. 提出

朝のSHR時、保健委員が男女別に回収してくれるので、提出する。

2. 名簿に○をつける

保健委員が男女別に名簿を用意しているので、提出出来たら○をつける。

※忘れた人は保健委員へ申し出たうえで、名簿に×印を付ける。

31日（水）に必ず提出する。



※30日（火）に提出できなかった場合

【31日（水）朝のSHRにて】

30日（火）に忘れた場合は、31日（水）の朝に尿を採取する。

この日の朝のSHRも、保健委員が男女別に回収してくれるので、必ず提出する。

最後に・・・

※今回理由があり、2日間とも提出できない場合は、6月13日（火）の2次検査に提出してください。（容器等は、その日まで失くさないように保管しておくこと！）

※2次検査日にも提出できない場合は、各自で加古川総合保健センターへ提出に行くか、各自で病院受診し、自己負担で検査を受けて、検査結果を提出してもらいます。