

保健室の利用のしかた

保健室はみなさんが心もからだも元気に学校生活を送ることができるように、いろいろなお手伝いをする場所です。「自分のからだの不思議」をいっしょに勉強し、「自分の健康は自分でつくること」ができるようにいっしょに考えていきましょう。また、みなさんひとりひとりが安心して利用できるよう、ルールを守りましょう。

こんなとききてください

けがをしたとき 学校でけがをしたとき、軽い手当てや病院に行くまでの応急処置をします。

- ・原則的にその日におきたけがのみを対象とし、ガーゼや湿布のとりかえなどはできません。
- ・すり傷や切り傷は水できれいに洗ってから来てください。

からだの調子が悪いとき 具合が悪くなって、授業が受けられない状態のときに来てください。

- ・朝から具合の悪いときは無理をせず、家で様子を見てください。
- ・飲み薬はあげられません。頭痛や生理痛で薬が必要な人は、保護者の方と相談し、各自で持ってくるとういでしょう

・保健室での休養は、1時間以内とし、休養してもよくなるないときは早退となります。

・保健室で休養した日は、よくなったとしても部活動の参加は見合わせてください。

・体育や部活動の見学届・欠席届は保健室では書けませんので、生徒手帳を利用してください。

からだや健康について知りたいとき こころの調子が悪いとき

からだや健康についての質問や、心配事があるときは気軽に話しに来てください。

その他 日本スポーツ振興センターの手続き 出席停止解除願の扱いなど

保健室のきまり

- 保健室の利用はできるだけ休み時間にしてください。

授業中の利用は緊急の場合のみとします。

1時間1時間の授業を大切にしましょう。

- 自分のからだのことは自分で説明しましょう。「いつ」「どこが」「どういうように」
- 手当てをうけたら「けがの記録」または「病気の記録」に記入してください。
- 授業中に利用したときは「保健室連絡カード」をその授業担当の先生に渡してください。
- 休んでいる人がいるときは静かにしましょう。
- 具合が悪くて保健室で休養したい時は、必ず自分で次の授業の先生にことわりましょう。
- 早退したとき帰宅したら、「〇年〇組の〇〇です。無事に家につきました。」という確認の電話をしてください。
- 身体計測や視力検査をしたいときは、昼休みか放課後に来てください。
- 保健室に先生がいないときは職員室で指示を受けましょう。かぎがあいていても生徒だけでは利用できません。

健康診断中だったり、病人が休んでいたり、相談中のときもありますから、勢いよくドアを開けないようにしてください。

ノックを忘れずに

