

保健便り

北海道旭川永嶺高等学校

保健室

令和4（2022）年4月8日

入学・進級、おめでとうございます。新しい学年、新しい出会い……。たくさんの「新しい」に出会うみなさんは、心が忙しい毎日ではないでしょうか？早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、自分のペースでいきましょう。心も身体も健康第一です。



感染症を予防しましょう

1 登校前に、検温・健康の自己チェック

家を出る前に検温するといいですね。

2 正しい手洗いとマスク着用

石けんを使用し、丁寧に洗うことで菌が壊れます。
水だけ・短時間の手洗いは菌を増やすこともあります。

3 黙食をこころがけましょう

話す際はマスクをつけましょう。

4 3密回避行動をこころがけましょう

なるべく常時換気を（換気扇を活用）。
寒い場合は、休み時間だけでも行いましょう。



健康調査をしましょう



入力用 QR コード

登校前に、以下の点を確認しましょう。

- ☐ 発熱はない
- ☐ 風邪症状はない
- ☐ 同居する家族にも風邪症状はない

判断に迷う場合は、以下の相談センターへ連絡しましょう。

【旭川市内に在住】0166-25-1201

【旭川市街に在住】0120-501-507

健康診断について

学校における健康診断のねらいは、次のとおりです。

1 自分自身の体のことを知り、自分の体に関心を持つ機会です

高校生は成長・発達の過程にあり、よりよく成長するためには、生活習慣との関わりがとても大きいです。健康診断を通じて、身体や健康について正確な知識を身につけ、自らの体や生活を振り返り、健康課題を見つける機会にしてほしいです。

2 学習や運動などの日常生活を送るうえで、注意すべきことがないか調べます

問題のあるものや疑いのあるものをふるいわけするスクリーニングなので、「問題または疑いがある」という結果が出た時は、病院でより詳しい医学的な検査を受けることが必要です。

【健康診断の予定】

4月12日（火）尿検査1回目 全学年

4月14日（木）歯科検診 2年次

4月15日（金）身体測定 全学年

~~4月20日（水）内科検診 全学年~~

~~4月21日（木）歯科検診 1年次~~

~~4月22日（金）尿検査 2回目 対象者のみ~~

~~4月26日（火）心臓・結核健診 1年次~~

※運動器健診は問診票を確認し、必要な人のみ内科検診時にみてもらいます。

※色覚検査は、6月末までに希望調査を行い、希望した人のみ行います。

延期となりました



スポーツ振興センターについて

学校の管理下で起きた事故には、独立行政法人日本スポーツ振興センターの申請をすることで、審査が通れば給付金が受け取れます。万が一、学校でケガをして医療機関を受診した場合は、保健室に連絡してください。手続きに必要な書類をお渡しします。

過去2年以内の怪我であれば（中学時に申請し、現在も治療を続けている場合も含め）手続きを始めることができます。

学校の管理下とは

授業中・休み時間・登下校

部局活動（大会も含）・ボランティア活動中

宿泊をとまなう行事中（集合・解散が行われる場合の自宅からの往復中も含む。）

※給付金の支給期間…支給開始（初診日）から10年間

※請求時効…給付事由が生じた日から2年間以内

詳しくは、こちらのHPをご覧ください→

