

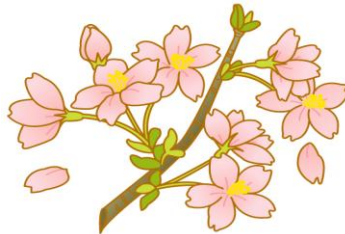


# 保健室だより 4月号

大阪府立茨木西高等学校 保健室 2014.4

## 新しい学期が始まりました！

好きなことなら  
がんばれる・・・  
好きな人のためなら  
何でもしてあげたくなる・・・



「好き」という感情は  
私たちにとても大きな力を与えてくれます。



だから、今年も、この茨木西高校で  
たくさんのお事を好きになってください。  
たくさんのお人を好きになってください。

みんなの想いが、1年という時間をかけて、しっかりとした形になることを、  
保健室からいつも応援しています。

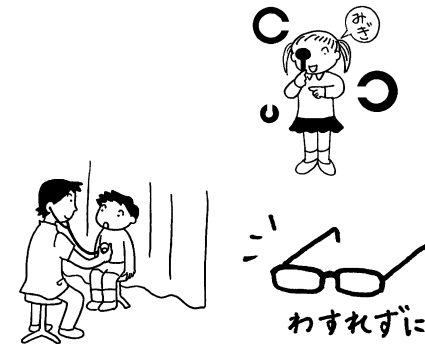
### 西高の保健室ってどんなところ？

保健室にいるのは、残念ながら魔法使いではありません。  
つまり・・・1回塗って、ピタリと痛みが止まる薬はないし、  
捻挫した足をすぐピンシャンさせる「呪文」もなければ、  
即、鼻水を止める「魔法の粉」も持ち合わせてはいません。  
でも、みんなの「つらい気持ち」や「痛い気持ち」をできるだけ分かり合いたいと思っています。  
だから、保健室を利用する際には、  
・いつ、どのようになって、どこが痛いのか。  
・いつから、どんな時に どのように具合が悪いか。 と言うことを、できるだけ整理して伝えてく  
ださいね。 痛みやつらさはその人にしかわかりません。 それを、上手に伝えること。  
それが適切な手当てを受けるコツです。 これは保健室だけでなく、病院や医院を受診する時にも必要  
なことです。 だからまずは、保健室で **Let's try!**  
また、何か健康について聞きたいときや、身の回りで困ったことがある時には、気軽に保健室の扉  
をノックしてください。



### 今後の健康診断の予定

- |          |                         |
|----------|-------------------------|
| 4月23日(水) | AM 身体計測・歯科検診<br>PM 内科検診 |
| 4月30日(水) | } 尿検査(一次)               |
| 5月1日(木)  |                         |
| 5月12日(月) | 心臓二次検診(対象者のみ)           |
| 5月23日(金) | 尿検査(二次)                 |
| 6月10日(火) | 尿検査(二次)                 |
| 7月9日(水)  | 夏季臨時健康診断                |

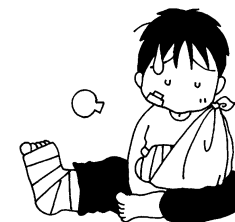
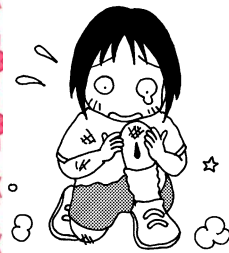


## 日本スポーツ振興センターの手続きについて

学校の管理下(授業や、部活、登下校など)で、  
ケガをした場合には、**日本スポーツ振興センター**から  
治療費が給付されます。

手続きに必要な書類は保健室にあります。  
授業中、部活中、登下校中などでケガをして、病院や  
医院などを受診した場合には、保健室まで申し出てく  
ださい。

ケガをしてから日数がたちすぎると、申請ができな  
くなる場合がありますから、**なるべく早く、  
手続きするようにしましょう。**



歯科学校医の  
先生からのお願い

4月23日の検診では、

- ①朝、必ず歯磨きをしてきてください。  
歯が汚れていると、正確な検診が  
できません。
- ②リップクリームや口紅は、歯科医の先生の手  
や検診ミラーに付くので**使用しない**  
てください。
- ③検診結果はその場で記録します  
ので検診中は、**静かにして**  
ください。



学校医の  
先生からのお願い

4月23日の検診では、

- ①聴診器で心臓の音を聞きます。  
騒がしいと聞こえません。  
検診中は、**静かに**してください。
- ②女子は検診前に**ブラジャーのホックをはず**  
**して**、準備しておいてください。聴診器をあ  
てるポイントがちょうど、ブラジャーの  
**ラインに重なる**ので、ブラジャーの上からで  
は、正確に心音を聞き取ることができません。

