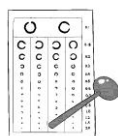


保健室・相談室便り

平成30年4月号
甲府西高校 保健安全部

入学・進級おめでとうございます

新年度がスタートしました。新しいクラス、友人そして先生方、新しい環境にドキドキしている人も多いでしょう。保健室では皆さんが心身ともに健康な学校生活を送ることができるよう、応援していきます。どうぞ宜しくお願いします。



欠席しないで受けましょう

健康診断が始まります

検診項目	対象者	月 日	時 間
身体計測	全校生徒	4 月 12 日 (木)	8 : 55~11 : 30
内科	1 年次生	4 月 19 日 (木)	13 : 10~
	2 年次生	5 月 17 日 (木)	
	3 年次生	6 月 14 日 (木)	
歯科	1 年次生	4 月 18 日 (水)	13 : 10~
	2 年次生	4 月 25 日 (水)	
	3 年次生	5 月 16 日 (水)	
耳鼻科	1 年次生 2・3 年次生抽出	4 月 26 日 (木)	13 : 30~
眼科	1 年次生 2・3 年次生抽出	4 月 24 日 (火)	13 : 00~
胸部レントゲン	1 年次生	4 月 17 日 (火)	8 : 55~
心電図検査	1 年次生	4 月 17 日 (火)	8 : 55~
尿検査	全校生徒	5 月 15 日 (火)	SHR 前
	要精密検査者	5 月 29 日 (火)	

※健康診断の結果、異常があった場合や再検査が必要な場合は、お知らせします。

なるべく早く医療機関を受診してください。

お世話になる校医の先生方

内科校医 細田和彦先生
歯科校医 末木俊博先生
眼科校医 小林江見先生
耳鼻科校医 露木弘光先生
薬剤師 幡野 仁先生

<保健室から保護者の皆様へ・・・>

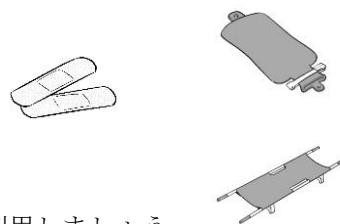
ご入学・ご進級おめでとうございます。
新学期が始まり、慣れない環境で緊張や不安などで疲れやすくなります。いつも以上に食事や睡眠等、ご家庭での健康管理へのご協力をお願い致します。

保健室・相談室便りは本校ホームページでもご覧になることができます。健康管理や、相談室予約などにお役立てください。

保健室を利用する皆さんへ

☆こんな時に来てください

- ・具合が悪くなったときや怪我をしたとき
- ・悩み事や相談があるとき
- ・健康についての本や資料を調べたいとき 等



☆保健室を利用する時のルールは？

- ・急を要する怪我や体調不良時以外は、休み時間に利用しましょう。
相談や話をしたい時には、昼休みや放課後の時間のある時に来てください。
- ・授業中に利用する時には担任の先生か授業の先生に声をかけてから来ましょう。
- ・休んでいる人もいますので、保健室では静かにしましょう。
- ・保健室には、飲み薬は置いてありません。必要な場合には、自分にあつた薬を携帯するようにしてください。

保健室は皆さんが健康で楽しく高校生活を送れるように、いろいろなサポートを行うところです。一人一人がルールを守っていつも気持ちよく利用できるようにしましょう。



相談室便り

平成 30 年度 4 月号



生徒のみなさん、進級おめでとうございます。今はどんな気持ちで新しい教室にいるのでしょうか？ 昨年度の相談室利用者（件）数はのべ300人（件）を超えていました。気持ちの不安定さをどうにかしたい人、気持ちだけが焦って充実感が持てない人、生活にメリハリがなく気持ちの切り替えができない人……さまざまな人が利用してくれました。複雑な思いが入り混じって気持ちが一定しないことは青年期を過ごしているみなさんの正常な成長を表しています。とはいうものの、イライラが長引くのはあまりお勧めしません。もし、今のあなたが違った意見や違った見方を必要としているなら遠慮することなく相談室を活用してください。相談室での話は相談室以外で漏れることはありません（守秘義務）ので、内容の大小、濃淡にかかわらず安心してご利用ください。困っていることや悩んでいることなど一緒に解決策を考えたいと思います。

ご家庭のお話も伺っています。ご家庭で気になる様子やいつもと違った様子などがありませんでしたら、ぜひご連絡ください。取り越し苦労や思い過ごしであっても、もしかしたら早期解決へとつながることがあります。相談は随時、受け付けていますが、学校行事や保健室行事と重なってしまうことを考慮して、相談日時を予約をお勧めしています。相談室のご利用は表にある相談室開室日時を参考に、担任の先生や学年主任の先生または直接保健室へご一報ください。相談日時を考えたいと思います。

【 4 月 相談室開室日時 】

11日(水)	14:30-18:00
12日(木)	9:00-18:00
17日(火)	9:00-18:00
18日(水)	12:30-18:00
19日(木)	12:30-18:00
20日(金)	14:30-18:00
24日(火)	12:30-18:00
25日(水)	12:30-18:00
26日(木)	12:30-18:00
27日(金)	14:30-18:00