



# 保健だより

茨城県立鉾田第一高等学校・附属中学校

2026.4.6

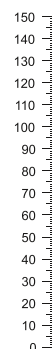


保健目標 健康診断を受けて健康の状態を把握しよう

## 4月の行事予定

- 4/6(月) 始業式・大掃除・頭髪服装指導(正装)
- 4/7(火) 入学式(中1・高1)
- 4/8(水) 新入生オリエンテーション、生徒会役員任命式、対面式・新入生歓迎会、到達度テスト(3年次)
- 4/9(木) 新入生オリエンテーション・部活動紹介
- 4/10(金) 短縮10分日課、C日課、面談週間~17(金)
- 4/13(月) 新教研テスト(中2・3)
- 4/15(水) リーダー研修会・各種委員会
- 4/20(月) 交通指導、スマホ安全利用教室(中1・高1)
- 4/22(水) 全国学力調査(中3)~4/23(木)
- 4/24(金) 全統共テ(高3)~4/25(土)
- 4/27(月) C日課、ハートフルアンケート
- 4/28(火) 体カテスト・身体測定
- 4/30(木) 体カテスト・身体測定(予備日)

4/29(水) 昭和の日



## 保健室利用の仕方について

①できるだけ休み時間に利用してください。(緊急時は授業中でも大丈夫です)



②先生やクラスメイトに伝えてから来室してください。

③保健室で休養できるのは原則として1時間以内です。

※お迎えなど帰宅までの待ち時間は休養できます。

④内服薬はありません。必要な内服薬があれば持参してください。

※頭痛・腹痛・かぜ・生理痛・持病などの内服薬や外用薬

⑤学校でケガをした時に応急手当をします。継続した手当てや治療はできません。

⑥登下校中や部活動でケガをして受診した場合は、スポーツ振興センター災害給付の手続きができます。担任や顧問の先生に報告し、必要な書類を自分で保健室に取りに来てください。

⑦相談したいことや聞いてほしいことがあるときにも、どうぞ利用してください。

※ 保健室の限られた空間においては、健康診断時やベッド満床時などに、皆さんの希望どおりの対応ができないこともあります。公平で安全な保健室運営に、ご協力をお願いします。

## 学校でケガをした時には... 日本スポーツ振興センター

学校生活(部活動・登下校中を含む)でケガをして病院を受診した場合、日本スポーツ振興センターから災害給付金を受け取ることができます。入学時に提出していただいた加入同意書によって在学中の加入・申請ができます。年間掛金の保護者負担分(高校1,920円、中学460円)は、各年次・学年の諸経費として集めさせていただきますのでご了承ください。

下記のとおりの対象となる場合は申請手続きをします。

<注意>

①医療保険適応のものに限ります。

②窓口支払いが1,500円以上(保険3割負担)かかった場合が対象です。

③ **マル福などの医療費助成制度を利用しないでください。**

④申請はケガの発生から2年間です。給付には時効があります。

※お問い合わせは日本スポーツ振興センター担当(飯塚・島田)までお願いします。



# 健康診断の日程について



健診項目	高校 	中学 
身体測定	4/28 (火)、予備日4/30 (木)	4/28 (火)、予備日4/30 (木)
聴力検査	4/28 (火) 1年、3年	4/28 (火) 1年、3年
内科検診	6/9 (火) 2年次 午後 6/10 (水) 1-1+1-2 午後 6/16 (火) 3年次 午後 6/17 (水) 1-3~1-6 午前	6/10 (水) 全学年 午後
歯科検診	5/27 (水) 全年次 午前	5/22 (金) 全学年 午後
心電図検査	日程調整中 高1のみ	日程調整中 中1のみ
胸部X線検査	日程調整中 高1のみ	中学生は実施しません
尿検査	日程調整中 全年次	日程調整中 全学年

※ 健康診断の内容については別資料にて詳しくお知らせいたします。

## 出席停止について



新型コロナウイルス、インフルエンザ、感染性胃腸炎、溶連菌感染症などの感染症は出席停止扱いとなります。種類によっては登校可能な期間に違いがありますので必ず医師に確認してください。詳しくは鉾田一高ホームページに「出席停止の種類と期間」が掲載されていますのでご覧ください。

回復して登校しましたら学校様式の「受診報告書」に記入して担任へ提出してください。用紙は学校ホームページより印刷、または職員室・保健室にて受け取ることができます。受診した際の診療明細書または領収書のコピー等を添付する必要がありますので、保管しておいてください。

高校養護教諭 飯塚 智恵子

保護猫の“ひまわり”（推定4歳女子）と暮らして3年半。でも私が帰宅すると毎回ダッシュで逃げていくのです（なぜ!?)

猫ちゃん好きの人、ぜひいろいろ教えてください！



附属中養護教諭 島田 久美

保健室ってホッとすると、といわれるような場づくりができたと思っています。健康観察板を届けたり、身長を測ったり、おしゃべりしたり、中学生のみなさん、気軽に顔を見せてください。華道部、美術部の担当をしています。最近、アロマオイルにはまっています。良い香りに癒やされています。

