

# ほけんだより 4

令和7年4月8日  
神港学園高等学校  
学校保健委員会

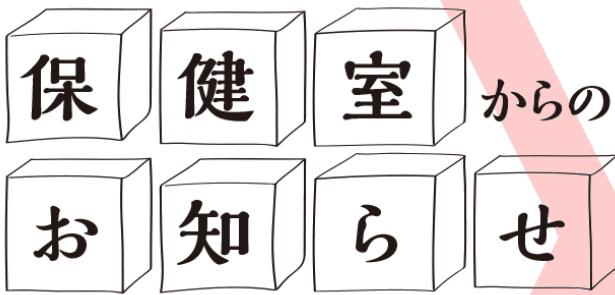
## 入学・進級おめでとうございます

4月になりました。新1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。期待と不安が入り混じる高校生活のスタートです。楽しい学校生活になるように、興味のあることにチャレンジしていきましょう。新2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。新学期は、新たな目標に向かってスタートを切る絶好の機会です。今年1年の目標を決め、達成に向けて行動するのもいいかもしれません。気持ち新たに頑張っていきましょう！

## 健 康 診 斷 が 始まります

自分の身体のことを知ることはとても大切です。検診当日に遅刻や欠席をしないようにしましょう。

項目	学年	日時	時間	注意事項、持ち物
身体測定 視力検査 聴力検査	全学年	4月10日(木)	準備4校時 実施5~6校時	【持ち物】 半袖・ハーフパンツの体操服、メガネ・コンタクトレンズ ※聴力検査は1年生、3年生のみ
尿検査1次	全学年	4月17日(木) 4月18日(金)	朝礼時 教室で提出	当日朝の尿を持参 遅刻した人は保健室まで直接持参
歯科	3年生	4月22日(火)	2~4校時	歯磨きをしてくること
	2年生	6月3日(火)		
	1年生	6月 17日(火)		
内科	3年生	4月23日(水)	5~6校時	【持ち物】 半袖体操服上
	2年生	5月28日(水)		
	1年生	6月4日(水)		
耳鼻科	全学年	6月19日(木)	2~4校時	
眼科	全学年	6月2日(月)	5~6校時	コンタクトをしたままでOK
レントゲン 心電図検査	1年生	5月13日(火)	1~4校時	【持ち物】 男子:半袖体操服上下 女子:半袖体操服上下とジャージ上
尿検査2次	全学年	5月29日(木)	朝礼時 教室で提出	再検査の人、1次で未提出の人のみ。



保健室は南校舎(1年生の教室がある校舎)の1階にあります。

## 学校カウンセリング

神港学園では生徒や保護者を対象に学校カウンセリングを実施しています。

実施日:毎週火曜・木曜  
時 間:10時~15時

カウンセリングは予約制です。受けたいときは保健室で予約をしてください。お気軽にご相談ください。

## 日本スポーツ振興センター 災害共済給付金制度について

学校でケガをして、病院を受診した場合には災害共済給付を申請することができます。部活でのケガも対象です。申請書類は保健室で受け取ることができます。申請を行う場合は保健室まで来てください。

### 【申請の注意点】

- ・学校でケガをして病院を受診し、3割負担で医療費の合計が1500円以上の場合、申請することができます。
- ・学校管理下のけがにおいては、兵庫県の福祉医療費助成制度(こども医療制度等)と災害共済給付金制度は原則併用できません。しかし、自治体により併用可能な場合がありますので、お住まいの自治体の規定をご確認ください。
- ・ケガから2年を経過すると時効となり、給付が受けられなくなりますので、早めに申請手続きをしてください。

## 健康にすごすために

### ①ケガの予防をしましょう

運動前にストレッチなどのウォーミングアップをしましょう。高校での運動部の運動量は多くなります。特に運動部の生徒はしっかりとウォーミングアップとクールダウンをしてください。

### ②天気予報を確認

今年の夏も暑くなることが予想されます。春のうちから夏に向けて体の調子を整えていきましょう。気温や天気をみて、衣服の調整を行い水分をしっかりとるようにしてください。

### ③体調が悪いときはしっかり休む

体調不良時に無理せず休むことで症状の早期改善や感染症拡大を予防することができます。

みなさんが元気に高校生活を送れるようサポートします！楽しく充実した一年になりますように

