

新年度が始まって1ヶ月が過ぎました。いよいよ、野外活動や修学旅行、校外学習など、大きなイベントが近づいてきましたね。楽しいはずの行事、でも乗り物酔いが心配…。そんな人は、少しでも乗り物酔いを防げるように、いろいろ試してみましょう。

★前日まで：酔い止めの薬を用意する。早めに寝て、しっかりと体調を整える。

★当日：忘れずに酔い止めの薬を飲む。新鮮な空気を吸う。楽な姿勢をとる。

体を締め付けない衣服を着る。友達としゃべったりする。



★尿検査

提出日 **5月13日(水)**

もしも忘れてしまった場合は、
14日(木)に持ってきてください。



トイレに容器を置いておくと
忘れにくいよ！

①朝起きてすぐトイレへ

←朝いちばんの尿をとる

②最初の尿は少しすてる

←これを「中間尿」という

③中間尿を紙コップにとる

④紙コップの尿を、検査用容器の規定
のラインまで入れて、しっかりふた
を閉める

※5月13日(水)、14日(木)に提出できない人へ

どうしても提出できない人は、二次検査の日(6月9日(火)、10日(水))に提出してください。

それでも提出できない場合は、学校で採尿して提出することもあります。

なお、その際の検査容器は、本日渡したものを使うため、捨てないようにしてください。

月経と重なってしまう人は、二次検査の日提出してください。

★内科検診

検診日 5月13日(水) IU、1の1~1の3、2年生

5月27日(水) 1の4~1の6、3年生

学校での予備日はありません

内科検診のやり方

- ・他の生徒から見えないよう、パーテーション等で囲った個別スペースで行います。
- ・検査・検診に支障のない範囲で、制服や下着を着た状態で、首元から聴診器を入れて診察を行います。下着を着用したままで受診できますが、下着の形状によっては、下着の中に聴診器を入れる場合があります。
- ・背中では補助教員(女性)がめくって、聴診や視診を行います。
- ・正確な検査・診察のため、必要に応じて、医師が衣服等をめくって視触診したり、衣服の下から聴診器を入れたりする場合があります。

保護者のみなさまへ

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度について



学校の管理下においてお子様がけがをされた場合は、日本スポーツ振興センターの災害共済給付の対象となります。災害共済給付制度にご加入されている方が病院を受診される際には、提出用の書類をお渡ししておりますので、お子様を通じて養護教諭までお気軽にお申し付けください。また、継続しているお子様のけがにつきまして、月をまたぐ際に追加で書類が必要な場合も同様にお申し付けください。

※ スポーツ振興センターの災害給付は申請制です。申し出や書類のご提出が無い場合は、手続きができませんのでご了承ください。また、申請期限は、災害発生から2年以内となっております。お手数をお掛けしますが、よろしくお願いたします。