

# 保健だより

令和6年4月10日  
中野区立明和中学校  
No.2 保健室

## こんなときは保健室へ

- ケガをしたとき
- 体の調子が悪いとき
- 体のことや健康について知りたいとき
- 悩みや相談があるとき



## 利用したい場合は〇〇〇

ケガをしたり体調不良で保健室に行く場合は、先生の許可と各教室にある『保健室利用カード』が必要になります。

### 授業中に利用するとき

- ① 授業担当の先生に申し出て保健室利用カードを記入してもらい、それを持って保健室に行く。
- ② 保健室での対応が終了したら、カードに保健室からの連絡事項を記入して渡しますので、授業の先生に渡してください。



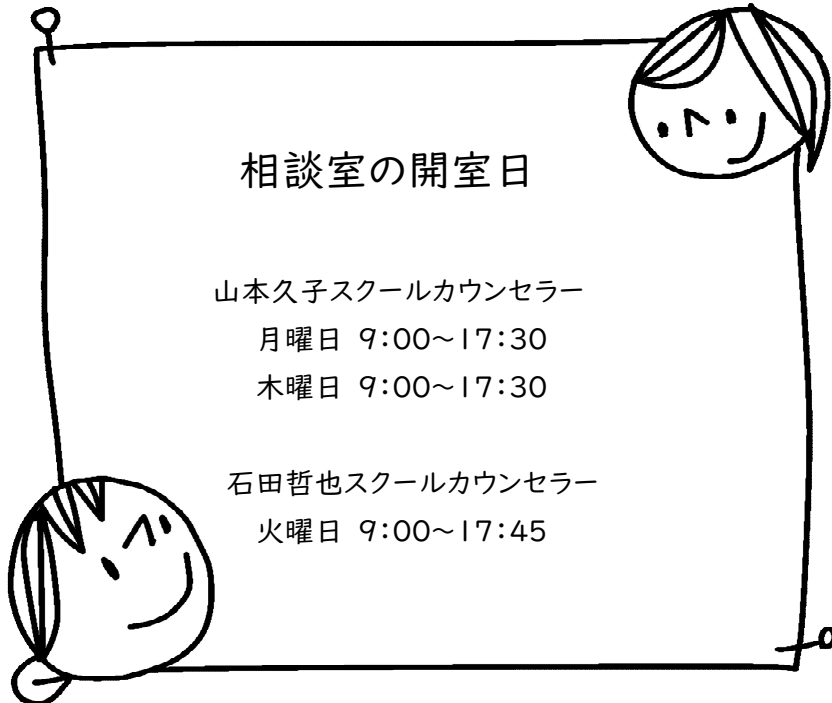
### 休み時間に利用するとき

- ① 次の授業の先生に保健室利用カードを記入してもらい、それを持って保健室に行く。
- ② 次の授業担当の先生がいない場合は、職員室の学年の先生または保健室で相談してください。ただし、痛みが強い、具合が悪くて動くのがつらい場合などは、そのまま保健室に来てください。
- ③ 保健室での対応が終了したら、カードに保健室からの連絡事項を記入して渡しますので、授業の先生に渡してください。

## 保健室での約束事

- 保健室での休養は原則1時間です。
- 保健室ではケガをした当日の応急手当のみで、継続した手当はできません。継続して手当が必要なときは、病院を受診したり家庭で行うようにしてください。
- 学校のケガで病院を受診したときは、保健室に報告してください。
- 保健室のものを許可なく勝手にさわったりしないようにしましょう。
- 保健室は、ケガをした人や体調の悪い人が来室します。静かに利用しましょう。

## 相談室の利用の仕方



開室日は変更になる場合があります。相談室前のカレンダーで確認してください。

## 利用したい場合は〇〇〇

- ◆原則として、利用は休み時間と放課後です。
- ◆授業中に相談する必要がある場合は、担任や学年の先生、保健室の先生の許可を得ます。
- ◆確実に相談をしたい場合は、予約をしてください。

### 【予約方法】

- ①担任の先生や学年の先生、保健室の先生に頼んで予約を入れてもらう。
- ②スクールカウンセラーと直接約束をする。

みんなが気持ち良く利用できる保健室・相談室となるよう、ご協力よろしくお願いします。