

保健室の利用の仕方

一宮市立今伊勢中学校

こんなとき保健室へどうぞ

けがをしたとき

・ 学校でけがをしたとき、応急手当をします。
「軽いけがだから」と自分で判断せず、必ず先生に申し出ましょう。



体の調子が悪いとき

・ 保健室で一時的に休養することで、回復が期待できるときは、休養することができます。ただし、1時間たっても、授業に復帰できるまでに回復しないときは、家の人に迎えに来てもらい、早退します。

- ・ 家でしたけがは家で手当しましょう。ただし、そのけがのために学校生活で困ることがあったら、遠慮なく申し出てください。
- ・ 一人一人の症状、体質にあわせた薬を用意することはできません。薬が必要な人は家で自分にあった薬を服用しましょう。

自分の健康管理能力を高めましょう！！

そのほかこんなとき

悩みや不安があるとき

頭にくることがあったとき

何となく悲しい気分するとき

からだや心の健康に「？」があるとき

だれかにちょっと聞いてほしいことがあるとき



あなたの気持ちが軽くなるようお手伝いできるかもしれません。
授業後ゆっくりお話ししましょう。

みんなの保健室です
ルールを守りましょう



保健室に行くとき

授業中	➡教科担任の先生に申し出て、	➡保健委員に付き添ってもらう
放課時	➡担任の先生または次の授業の先生（みえないときは学年の先生）に申し出て、	➡保健委員に付き添ってもらう
部活動時	➡顧問の先生に申し出て、	➡顧問の先生に付き添ってもらう

保健室では

症状やけがの発生状況を、自分でくわしく言えるようにしましょう。

どこが

どのような様子か

いつから何をしていた

例) 頭の左側が痛いです。2限の国語の授業中から、ズッキン、ズッキン(どこが) (様子) (いつから・何をしていた) (くわしい様子) という感じで痛くなりました。

保健室では、
今中生の「一生ものの健康習慣づくり」をサポートします。

