

ほけんだより 4月号

2025年4月21日
大阪府立都島工業高等学校 定時制の課程
健康教育担当

入学、進級、おめでとうございます

新しい学年、新しい友人、新しい先生と、春はたくさんの出会いの季節です。新しい環境は誰もが不安になり、緊張したりしますが、あせらず・ゆっくり・少しずつ調子を整えましょう。新入生の皆さんは、定時制高校の授業時間に合わせて、生活リズムがこれまでと変化するかと思います。つつい夜型の生活になってしまいがちですが、十分な睡眠とバランスのとれた食事、規則正しい生活習慣を心がけましょうね。
身体と心の健康を大切に、都工定で学校生活を一緒に楽しみましょう♪

保健室の利用について



○利用時間は原則、その授業の終業時間までです

皆さんの心身の状況を考えて変わることがありますが、保健室を利用できる時間は原則1時間です。

○薬は置いていません

一時的な休養やけがの応急処置を行ったりすることはできますが、お薬を渡すことはできません。

○出席になりません

原則、保健室を利用している間は授業に出ていないときと同じ扱いになります。(5分ルール)

○健康教育担当の部屋があります

保健室が閉まっているときは隣にカウンセリングルームがあります。保健主事の先生が対応してくれるので、クラス・名前と要件を伝えてください。

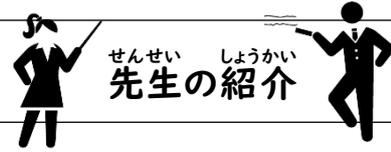
カウンセリングルームも閉まっているときは近くの職員室にクラス・名前と要件を伝えてください。

○貸出していません

荷物を預かったり、筆記具を貸し出すことはしません。自身で管理・準備をしてください。



たくさんの人に気持ちよく
利用してもらえるように…
ルールとマナーのご協力を
お願いします!



先生の紹介

今年も健康教育担当が、皆さんの身体と心の健康を守るお手伝いをします。健康について知りたいことや困ったことがあったら、いつでも気軽に保健室に来てくださいね!

健康教育担当の先生

理科 岡本 幸子 先生
養護教諭 山下 野々子 先生
スクールカウンセラー 兵 純子 先生

スクールカウンセラーの先生は、基本はカウンセリングルーム(保健室の隣)に待機されています。カウンセリングに興味がある人は、どの先生でもよいので声を掛けて教えてください。

※予約したカウンセリングは出席扱いになります



学校でのケガについて

登下校を含む学校生活の中でケガをして病院を受診した場合は、スポーツ振興センターの災害共済給付制度の対象になります。病院などで書いてもらう用紙がありますので、早めに担任の先生や保健室に知らせてください。

