

ほけんだより 4月号



2026年4月8日

大阪府立都島工業高等学校 定時制の課程

生徒指導部 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。新しい環境は誰も不安になった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。からだ 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



<ルールとマナー>

利用について

- ① 急なけがや体調不良以外は、休み時間に利用しましょう。
- ② 保健室の利用は、原則「来室した授業の終了時刻」までです。
例) 1限の途中に来室 → 1限終了時刻まで利用可能
- ③ 授業中に保健室を利用する場合は、必ず授業担当の先生に許可を得てから来てください。
- ④ 他の生徒が休んでいる場合がありますので、保健室内は静かに過ごしてください。

手当について

- ① 休養すれば回復が見込まれる場合は保健室で休んでもらいますが、回復が見込まれない場合は保護者に連絡をし、早退となります。
- ② 保健室でできることは、学校で起きたケガ(登下校中を含む)や体調不良の応急処置です。継続的な処置はできません。保健室の処置や休養で改善されない場合は、医療機関の受診をおすすめします。

禁止事項について

- ① 断りなく保健室の物品をさわったり、ベッドに上がったりしないこと。
- ② 騒いだり、大きな声で話したり、大きな音(スマートフォンの音楽等)を出さないこと。
- ③ 食事をしないこと。

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
- 社会科 栄田 隼汰 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



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。病院等で書いてもらう用紙がありますので、早めに担任の先生と保健室に知らせてください。



生理用品の配布について

本校では、女子トイレや多目的トイレ(体育館1階)に、誰でも自由に使える生理用品を設置しています。必要に応じて使ってください。基本的に、返却は不要です。