



保健室は、けがをした時や具合が悪い時はもちろんですが、自分の体のことで心配事がある時や友達関係の悩みがある時など、気軽に相談に来てください。



みんなが、利用するところだから…
気持ちよく利用してほしいから…
次のことを守ってください。

【保健室利用について】

- 1 休み時間に具合が悪くて保健室に来る時は、次の授業の先生に断ってから来ましょう。授業中は、もちろん授業の先生に断ってから来ましょう。
- 2 保健室も教務室と同様に、出入りの時や手当ての後は、『あいさつ』をして自分の氏名を告げます。保健室に来た理由も、きちんと説明します。
×「薬ください」「バンドエイドください」
- 3 保健室での休養は原則1時間まで。体調が回復しない場合は、家に帰って休みます。飲み薬は出しません。
- 4 保健室は応急手当を行う場所です。毎日、続ける手当ては行いません。その後の手当ては、家でやりましょう！
用事のある人が自分で来ましょう。×「友達に頼まれました〇〇ください」
- 5 相談することがある時は、できるだけ昼休みか放課後に来ましょう。
- 6 先生が不在の時は、学年の先生や教務室にいる先生に相談しましょう。



- ※ 保健室のものは断ってから使いましょう。
- ※ 保健室は体調の悪い人が休む所です。室内や廊下で大声を出さないようにしましょう。

【その他のお願い】

- ☆ ハッピーライフ宣言を守り、心と体の健康に心がけましょう。
- ☆ 給食後に全校生徒が歯磨きをしています。
歯ブラシを持参しましょう。(くわえながら行動しない。)
- ☆ ハンカチも毎日持って来ましょう。マスクは必ずつけましょう。
- ☆ 手洗いをしっかりしましょう。
(登校後・体育後・給食前・清掃後・部活動後)
- ☆ 朝・晩は検温して記録しましょう。登校したら玄関でサーモグラフィでチェックしましょう。
(異常が出た時は保健室に来てください。)
- ☆ 皆さんの机・いすは、各自が1年間使うものです。大切に使いましょう。(×キズ, 落書き, へこみ)
- ☆ 体育館玄関ホールの壁にAEDが取り付けられています。
緊急時以外は絶対にさわらないでください。



～ハッピーライフ宣言～

1. 朝食は毎日食べる。
2. 睡眠は7時間以上。
3. 時間の使い方を工夫し、11時までに就寝する。
(テスト時例外)
4. メティアルールを守る。
* 平日2時間, 休日3時間。
* 部屋に持ち込まない。