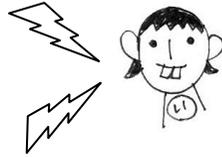


保健室の稲垣奈緒子です。今年もよろしくお願いたします。
保健室にはみんなが気持ちよく利用できるように、守ってほしいル
ールがあります。みなさん、協力してください！



保健室の利用について

谷原中 保健室

保健室って…

- * 身体計測、健康診断、救急処置、相談、保健学習などに利用してください。
- * 保健室は、病院や薬局ではありません。学校で急に具合が悪くなったり、けがをした時に応急手当ををするところです。

保健室では、飲み薬はあげません。

その理由は、学校では1人1人に合った薬を用意できないからです。合わない薬を飲んで、アレルギーを起こしてしまうこともあります。

持病のある人は、自分に合った薬を持ってきておくといいですね。

- * 朝から熱が高かったり、気分が悪くて授業が受けられないときは、思い切って家庭で休養しましょう。

来室する時は…

- * 具合が悪くなって来室する時は、授業中なら教科の先生に 保健室利用カードを書いていただいてから来てください。
〔緊急な場合（大きな怪我、倒れた、吐いたなど）は例外です〕

保健室に来たら…

- * 来室した時は、手当が終わったら、授業中の場合や連絡が必要な時に、連絡カードに時間と症状を記入します。その時間の教科の先生又は担任の先生に渡してください。

ベッドの使用については、症状をみて、回復できそうな時に使用します。原則として1時間ぐらいです。症状が重いときはお家に連絡して早退するようにすすめます。

相談したいことがあるときは…

- * 体や心、その他、悩み事があって何か相談したいことがある時に保健室でお話することができます。
誰もいない、ゆっくりしたところで相談したいので、休み時間や放課後がよいと思います。

毎週金曜日にスクールカウンセラー、毎週火曜・木曜日の午後に心のふれあい相談員が教育相談室に来ています。相談したいことがあったら、予約することができます。休み時間、放課後、相談室に直接行っても大丈夫です。いろいろな話を聞いてくれます。

保健室に来たときの約束ごと

- * ベッドに勝手に座ってはいけません！

具合の悪い人が心地よく使うためには常に清潔にしておく必要があるからです。

- * 保健室にある救急用品などを勝手にさわらない！

保健室には、救急処置にかかわる物がたくさんあります。中には危険物や、大切な書類もありますので、勝手にさわってはいけません。

- * 保健室で騒いだり、遊んだりしてはいけません！

保健室は、具合の悪い人や、相談に来る所です。走り回ったり、遊んだりしないようにしよう！

- * 具合の悪い人、相談している人がいる時は、お互いに思いやりをもとう！

具合の悪い人がいるのに、大声で話したり、泣いてしまっている人がいるのに、ドカドカと入ってくる人がいるとしたら悲しいことですよね…

みんなが気持ちよく保健室を利用できるように

約束事を守ってよりよい保健室をつくろう！