

7・8月の保健目標：夏を健康に過ごそう

### ☆ 夏休み中に治療・検査をしましょう！

今年度の健康診断がすべて終わりました。健康診断にて受診の必要があると判断された人には、受診勧告書を配布しましたが、まだ受診できていない人がほとんどです。例年、「部活や勉強で忙しいから病院に行く暇がありません…」、「また今度行こうと思います…」と言って先延ばしにする人が多いですが、夏休みなら普段よりも時間に余裕があります。身も心も万全な状態で2学期を迎えられるよう、夏休みのうちに治療・検査を終えましょう！

(( 受診状況 ))

7月6日 現在

検診内容	学年	受診勧告者 (名)	受診済者 (名)	受診率 (%)
視力検査	1年生	164	46	28.0
	2年生	111	22	19.8
	3年生	86	13	15.1
	合計	361	81	22.4
歯科検診	1年生	9	1	11.1
	2年生	26	0	0
	3年生	30	4	13.3
	合計	65	5	7.7
耳鼻科検診	1年生	32	17	53.1
内科検診 (側わん疑、 しゃがみ込み 不可等)	1年生	22	2	9.1
	2年生	13	0	0
	3年生	14	2	14.3
	合計	49	4	8.2
聴力検査	1年生	1	1	100
	3年生			
	合計	1	1	100
心臓検診	1年生	8	8	100
尿検査	1年生	2	2	100
	2年生	2	2	100
	3年生	2	2	100
	合計	6	6	100



### 保護者の皆様へ



\* 今年度の健康診断の結果は、保護者懇談会にてお知らせします。印鑑またはシャチハタをお持ちください(サイン可)。

\* 受診勧告書の再発行を希望される場合は保健室へお申し出ください。

\* 特別な事情で受診されない場合は、受診勧告書の保護者確認欄にその旨をご記入いただき、生徒を通して保健室へ提出をお願いします。

☆ 部の代表者を対象に、2つの講習会が行われました！

\*\*\* \*\* \*\* \*\* \*\*

熱中症予防講習会

(7月4日・6日 昼休み)

熱中症の予防方法や熱中症になったときの対応について、学びました。

今回参加できなかった人も、保健室に資料があるので気軽に声をかけてください♪

～ 参加者の感想 ～

- ・のどが渇く前に水分をとることをしっかり意識しようと思いました。
- ・文化部だからといって油断せず、室内の活動でも常に注意したい。



( (応急処置のポイント) )

- ★ 涼しい場所へ移動
- ★ 体を冷やす (首筋・わき・足の付け根)
- ★ 水分や塩分を補給 (経口補水液・スポーツ飲料)
- ★ 一人きりにしない



\*\*\* \*\* \*\* \*\* \*\*



② こまめな水分補給！

正しい水分補給のポイント

- ★ いつ
- ★ 何を
- ★ どのくらい



飲むのか??

\*\*\* \*\* \*\* \*\* \*\*

救命講習会

(7月6日 放課後)



日本赤十字社の講師の方から心肺蘇生法やAEDの使い方を教えていただきました。

マネキンで胸骨圧迫や人工呼吸の練習を実際に行うとともに、救急車が来るまでの間に自分たちに何ができるかを考える貴重な時間となりました。



暑い中でしたが、みんな一生懸命練習していました。

お疲れさまでした！



\*\*\* \*\* \*\* \*\* \*\*