

保健だより

今年度も宜しくお願いします。



樹木の緑も深くなる季節となりました。新年度が始まり二ヶ月が経ち、新しい環境、生活リズムに慣れてきたという方もまだなれないなあ・・・という方、様々にいらっしやと思います。疲れを感じた時は、体と心を休めるようにしましょう。高校生活の三年間は、心身ともに大きく成長できる素晴らしい可能性を秘めた時期です。「なりたい自分」を目標にチャレンジし、充実した1年にしたいですね。

保健室の使い方

保健室は、からだの具合が悪くときやケガをしたときに、応急手当をしたり、一時的にからだを休めたりするところです。自分のからだについて知りたいことや、こころに悩みを抱えているときなども、気軽に利用してください。ただし、保健室はみんなのための場所です。マナーやルールを守って利用しましょう。

利用の注意事項

- 休養は、原則1時間とします。
- 内服薬の与薬は行いません。
- 授業中に保健室を利用する際は、教科の先生に連絡してから来てください。
- 無断でベッドや医薬品を使用することは禁止です。
- 保健室では継続的な治療は行いません。応急手当のみです。

日本スポーツ振興センターについて

学校の管理下の災害で、負傷し病院を受診した場合、災害給付金を受けることができます。事故(けが)発生後はできるだけ早く担任、(または部活顧問)保健室に申し出てください。

申し出があった後、給付手続きに入ります。

なお、交通事故や高額療養の場合などは、対象とならないケースや別の書類が必要となるケースなどがありますので、保健室までご連絡ください。

出席停止について

※用紙が新しくなりました

学校感染症にかかった時は、学校保健安全法第19条の規定により、他の生徒に伝染する恐れがありますので、出席停止を指示します。学校へ連絡し、医師が感染のおそれがないと認めるまで、登校を見合わせていただきますので、ご了承ください。(出席停止期間は、欠席扱いになりません)

感染症に罹患した場合、登校する際に医療機関の治癒証明書(出席停止用紙)が必要となります。

今回、本校HPに新しく“保健室”のコーナーができました。そこから出席停止の用紙がダウンロードできるようになっています。必要な際は、ぜひご活用して頂き、受診した病院名の入ったゴム印を押してもらってください。

※その環境に無い場合は、今までと同様に保健室まで出席停止用紙を取りに来てください。

相談室のご案内

スクールカウンセラーによる相談も行っています。心の悩みだけでなく、困った時、なんとなく元気がでない時、勉強や進路のことなど、気軽にカウンセラーに相談してみてください。

また、今年度から‘がまごおり若者サポートステーション’に加えて‘とよはし若者サポートステーション’からもカウンセラーの方が来てくれます。生徒はもちろんのこと、保護者による家庭・家族関係のことも対応いたします。一人で困難に陥らず、周りのチカラを借りてみてください。応援している人はいます。基本的に予約制ですので相談担当者まで連絡ください。

【カウンセラー紹介・開室時間】

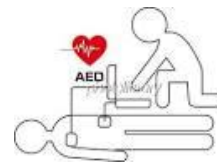
◆毎週火曜日 14:00~17:00
鈴木 法政(すずき のりまさ)先生
※がまごおり若者サポートステーション

◆毎週木・金曜日 14:00~17:00 ※金曜日は予約がある場合のみ
生徒 対応: 井手 佑典(いて ゆうすけ)先生
小山 喜美子(こやま きみこ)先生
家族・保護者対応: 中田 直助(なかた なおすけ)先生
小山 喜美子(こやま きみこ)先生
※とよはし若者サポートステーション

◆場所 豊橋中央高校3号館2階 相談室



本校は、AED(自動体外式除細動器)の設置校です。



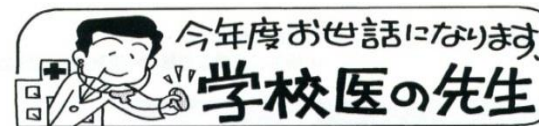
駅や空港など人が多く集まる施設に、赤い文字で「AED」と書かれたボックスが設置されているのを見かけますね。

AEDは、突然死の原因とされる心室細動(心臓の心室が小刻みに震えて全身に血液を送ることができない状態)を起こした人に、一時的に電気ショックを与えて、心臓の動きを正常に戻す機器です。

※平成16年7月から一般の人でもAEDが使用できるようになりました。

【中央高校設置場所】

1号館東館2階・大山グラウンド・鍵田グラウンド・第2体育館(合計4台)



学校医	伊藤医院	伊藤之一先生
学校歯科医	みやもと歯科	宮本裕司先生
学校薬剤師	中島薬局	中島一彰先生