

# 保健だより

平成 27 年 4 月 13 日  
豊橋中央高等学校  
保健室

春風さわやかな季節になりました。新入生 302 名を迎え、いよいよ新年度のスタートです。気持ちも新たに頑張ろうと思っている人も多いのではないのでしょうか。いろいろなことに挑戦し、自分をもっともっと高めていってほしいと願っています。それにはやはり、心と体が元気であることが一番です。自分の健康は自分できちんと管理できるように心がけましょう。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、からだの具合が悪い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。

本校は、AED（自動体外式除細動器）の設置校です。



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

## 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、負傷等で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）

学校感染症に罹患した場合、出席停止用紙（医療機関を受診し、休んだを期間する用紙）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。

## 健康診断が始まりました



学校で行う健康診断のねらいは、大きく分けて 2 つ

- ① 学習や運動など日常生活を送る上で、注意すべきことがないかを検査する。
- ② 自分自身の体のことをよく知り、自分の体に興味をもつ機会にする。

健康診断結果については、異常のあった人は「健康診断結果のお知らせ」を配布します。学校から「お知らせ」が届きましたら、病院での診察を受けられるようお勧めします。治療が終わりましたら「受診結果報告書」を学校の方へ提出してください。すでに受診されている場合は、保護者の方が記入されてもかまいません。また、学校での健康診断は疾病・異常の疑いを選び出す「スクリーニング」のため、病院では「異常なし」と言われる可能性もありますのでご了承ください。