

保健だより 5月



令和2年5月7日発行
佐賀工業高等学校
保健厚生部

<健康診断をはじめ、健康管理をしてくださる先生方の紹介>

- ☆学校医 永江欣司先生 (永江内科)
- ☆学校歯科医 駒井英基先生 (駒井歯科)
- ☆学校薬剤師 山崎八郎先生

◆健康診断の日程と対象者

※今後、検診の日程が変更になることがあります。



月	日	曜	検診項目	時間	対象
5	26	火	歯科検診①	10:00~	3年生 2年生3クラス
6	18	木	内科検診	13:30~	全学年
6	25	木	結核検診 (レントゲン)	9:00~	1年生
未定			歯科検診②	9:05~	2年生3クラス 1年生
			眼科検診	13:00~	全学年
			耳鼻咽喉科検診	13:15~	1年生全員 2・3年対象者

健康診断の結果をお知らせします

治療や再検査が必要な人は早めに医療機関を受診するようにしてください!



注意：学校での健康診断は疾病・異常の疑いがあるものを選び出すスクリーニングです。そのため、専門医を受診した結果、「異常なし」と診断される場合があることも、どうかご理解ください。

健康生活は!

規則正しい生活リズムと生活習慣から

新型コロナウイルス感染防止の一環で自宅学習の期間は、どのように過ごしていましたか? 健康的な生活をして、自分自身の生活習慣を見直しましょう。



早寝して毎日決まった時間に起きる



毎日3食きちんと食べる



朝、決まった時間に排便をする



継続して適度な運動をする



手洗いなど身のまわりの清潔を

心がける



ストレスの発散も心がけ

上手にリラックス



みんなの保健室

機能と役割を正しく理解して。。。！！
 ☆ルールマナーを守って利用してください！！

×継続的な手当て×

応急処置後の治療については医療機関を受診し、医師の指示に従いましょう。

○ケガの応急処置○

「すり傷・切り傷はまず流水で洗う」などできるところまでは自分で。



○一時的な休養○

少し休んで体調がもどらない場合は保護者の方に連絡して早退になります。

×内服薬の提供×

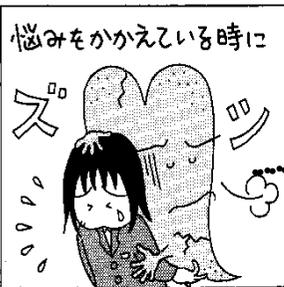
かぜ薬や胃腸薬などもだめ。必要な薬は各自で持参・管理してください。

○悩みごとの相談○

「保健室とは関係ないかも…」ということでも話してみてください。

○体・心の学習○

わかりやすい本や雑誌を紹介します。



AED(自動体外式除細動器)とは、心停止の際に機器が自動的に心電図の解析を行い、心室細動を検出した際は除細動を行う医療機器です。



本校にも AED が設置されていますが、皆さんはどこにあるか、知っていますか？
 正解は…

- 管理棟 1 階の事務室前
- プールの横 (体育館近く)



の 2 カ所です！！
 誰かが倒れた時、救急車を待つ時間に AED を使って命をなげたいものです。

保健厚生部職員紹介

- 廣重円 (地歴・公民)、神代周子 (理科)
 林美和子 (理科)、古賀文博 (機械)、野口大公 (情報システム)、市丸正明 (電気)、野澤梨沙・峰松愛菜 (養護)、納富和彦 (英語：1 年担任)、中畠桂子 (英語：2 年担任)、今村昭子 (国語：3 年担任)