

保健環境部だより

2023.9.7
嬉野高校塩田校舎
保健環境部

●受診報告書・スポーツ振興センター書類を提出してください

1. 1学期に行われた各検診（眼科、耳鼻科、歯科など）の後に、治療のお知らせをもらっていた人は、受診後に受診結果報告書（お知らせの下の方）を提出してください。
2. 夏休み中に部活動や登下校中にケガした人はいませんか？スポーツ振興センターに申請をすると治療費が給付される場合があります。保健室に申し出てください。

スポーツ振興センター申請に必要な書類は保健室にあります。

- ①災害報告書・・・ケガした時の状況を自分で記入する用紙
- ②医療等の状況・・・受診した病院で記入してもらう用紙
- ③調剤報酬明細書・・・かかった調剤薬局で記入してもらう用紙

主にはこの①～③の書類が必要になります。

WBGTを1日2回
（10時頃と15時頃）
保健室の前に掲示しています。

参考にしてください。

保健主事 山崎先生のコーナー

近年、暑さへのリスク評価に用いられる WBGT ですが、本来の WBGT は、Wet-Bulb Globe Temperature（湿球黒球温度）の略称で、暑さを総合的に判断した指数です。暑さ指数(WBGT)は、以下の計算式によって計算されます。

WBGT 値=0.7×湿球温度+0.2×黒球温度+0.1×乾球温度

湿度の要素が大きい値ですので、気温が低いから熱中症にならないと勘違いをしないようにしてください。



引用先：<https://esinc.co.jp/column/wbgt/>

こころにも応急手当を



ケガをしたら応急手当をしますよね。でも、こころのケガはどうでしょうか。こころは体と違って「痛い」と感じにくいので、放っておく人が多いかもしれません。

でも、こころの傷にも応急手当が必要です。その方法の一つが、信頼できる人に相談すること。話し、受け入れてもらうことで、傷の治りが早くなります。

身近に相談できる人がいないときは、こんな窓口も利用できます。

チャイルドライン

0120-99-7777

こころのほっとチャット



生きづらびっと



保健室にも相談に来て
ください。

