

保健だより 9月



日出学園中学校・高等学校 No.194

日中はまだ暑い日が続いていますが、朝夕は、ほんのり涼しく、秋の気配を感じますね。季節の変わり目は、気温差などから体調を崩しやすくなります。寒い時にセーターやベストで調節できるように準備をしましょう。また、早寝早起きをする、朝食を欠かさずにとるなど、生活リズムを整え、健康管理に努めましょう。

9月9日は「救急の日」。学校にいる時、登下校時、自宅にいる時など、いつでもケガや事故、災害に合うか分かりません。応急処置の方法や救急要請の仕方を確認し、災害時の対応についても家庭で話し合い、緊急時に備えて準備をしておきましょう。

9月9日は 救急の日

緊急時も正確に… 救急車要請

- ① 119番にかけ「火事ですか、救急ですか」と聞かれるので「救急」と答えます。
- ② 救急車に来てほしい住所を伝えます。
- ③ 患者について『どこで』『誰が』『どんな状態か』『年齢』を伝えます。
- ④ 自分の名前、かけている電話の番号を伝えます。
- ⑤ 電話の相手（職員）の指示を受けます。
救急車が着いたら、救急隊員に状況（患者の容体の変化や持病、実施した応急手当など）をくわしく伝えます。

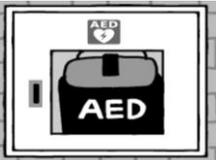


しっかり洗う理由って？

「すり傷は水道の水でしっかり洗い流しましょう」と言われますが、なぜなのでしょう？ それは、すりむいたところに砂やどろなどの汚れが残っていると、傷口からばい菌が入って、傷の治りが遅くなったり、「うみ」ができたりするからです。また、汚れが残ったじょうたいで治ってしまうこともあります。学校ですりむいたときも、保健室に行く前によく洗ってください。もしも血が出ているときは、せいりつなハンカチなどでおさえて、血を止めるようにしましょう。



**AEDの
設置場所を
知って
いますか？**



各自で校舎内設置場所を確認しておいてください。

- ・ 中高保健室前
- ・ 小学校保健室前



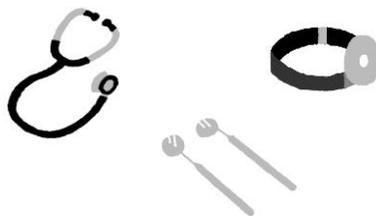
【今年度の健康診断について】

先月号の保健だよりに記載しましたが、9月以降、感染防止に努めながら健康診断を実施することになりました。

下記の日程と内容で行いますが、実施には、みなさんの理解と協力が必要となります。事前に各検診の実施要項を確認し、当日は教員の指示に従って行動をお願いします。

健康診断で共通事項

- ・検診当日に体調不良の生徒は実施しない。
- ・検査前に全員必ず手洗いをする。
- ・全員マスクを着用する。
- ・待機する時や移動する時は、ソーシャルディスタンスを保つ。
- ・健康診断は検診日を増やしたり、1日の検診対象人数を少なくして、3密を避けた環境で行う。
- ・換気を徹底して行う。



～ 9月の検診日程～

| 日にち | 内容 | 対象学年 |
|---------|------------|--------------|
| 9/3(木) | 眼科検診 | 1年生 |
| 9/11(金) | 歯科検診 | 6-1、6-2 |
| 9/14(月) | 耳鼻科検診 | 1年生 |
| 9/16(水) | 低線量レントゲン検査 | 2、3年該当者(希望者) |
| 9/17(木) | 歯科検診 | 6-3、6-4、5-5 |
| 9/18(金) | 耳鼻科検診 | 4年生 |
| 9/24(木) | 検尿 | 全学年 |
| 9/25(金) | 眼科検診 | 4年生 |
| 9/28(月) | 歯科検診 | 5-1、5-2 |

～ 新型コロナウイルス感染症に関するお知らせとお願い～

みなさんもお存じの通り、8/24(月)より毎日、昇降口でサーモグラフィカメラでの全校生徒の体温測定を行っています。時々、「昇降口で体温を測ればいいや」といった声が聞かれますが、必ず自宅を出る前に体温測定と健康調査のシステム入力を行ってから登校をお願いします。

もし、ご家族も含め発熱などの症状がありましたら、学校へ相談や登校を見合わせるなど、決して無理はしないようにしてください。