



Health-Up

5月号

令和元年 5月7日



新学期スタートから、もう1ヶ月・・・早いものですね。

ゴールデンウィークは部活に勉強に趣味にと、充実した休日を過ごすことができましたか？

連休の後には体調を崩しやすいので注意が必要です。

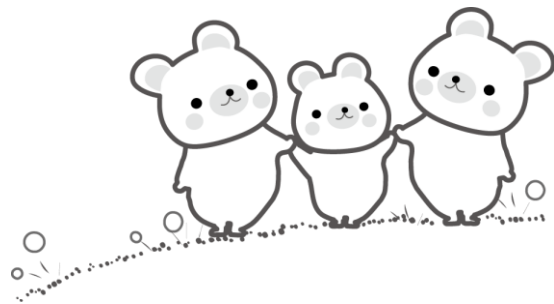
「体がだるい、なんとなくやる気がでない」などの症状が出ている場合は、体だけではなく心が疲れているサインでもあります。

一人で抱え込まず、家族や友だちと話をすることで解決することも多いので、早めに解決しておきましょう。

5月・6月の保健行事予定

- 5月10日(金) キャンパスカウンセリング
- 23日(木) 校医検診(1年次)
- 24日(金) キャンパスカウンセリング
- 28日(火) 身体測定(2・3年次)
尿検査(再)
- 30日(木) 校医検診(2年次)
- 31日(金) キャンパスカウンセリング

- 6月 7日(金) キャンパスカウンセリング
- 20日(木) 校医検診(3年次)
- 21日(金) キャンパスカウンセリング
- 28日(金) キャンパスカウンセリング



※ キャンパスカウンセリングは予約が必要です。希望の方は担任もしくは保健室まで申し出てください。

続いています、健康診断

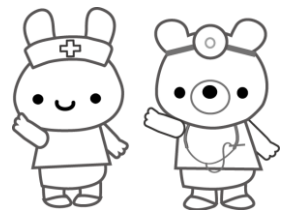
身体測定(1年次)、胸部X線・心電図検査(1年次)、尿検査が実施されました。

今後も検診が続き、その都度、検診結果をお知らせしていきます。

結果の用紙を受け取ったら、早めに医療機関を受診し、正しい治療や指導を受けるようにしてください。

治療を受けた場合には、必ずその結果を保健室まで提出してください。

なお、「異常なし」の人には結果の用紙を配付しません。



※ 学校での健康診断は疾病・異常疑いを選び出す「スクリーニング」の為、医療機関では、「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。

緊急時対応 について

学校生活の中で、事故や病気で体調が悪くなった人がいたらどうしますか？
もしもに備えて確認しておきましょう。

☆ケガや病気で体調が悪い人が出たとき

まず連絡！！



保健室
職員室
事務室

できれば近くの3人に頼み3か所同時に
(いつ、だれが どこで どのような状況か)

※ 休日等に部活で登校中は
顧問の先生、近くにおられる先生に連絡



☆原則は現場対応（意識の有無の確認）

大きな声で周囲に協力を呼びかける。
意識がない場合は、

- ① 119（救急車要請）
- ② AED の手配
- ③ 保健室・職員室・事務室への連絡

担架・車いすは保健室にあります。
車いすは体育館と事務室前の階段下にもあります。

AED 設置場所

- ・ 玄関前
- ・ 東高保健室前（管理棟 1 階東側）
- ・ 体育館
- ・ 北高保健室前（第1 特別教室棟 1 階）

☆救急車の呼び方

119（携帯からでもかかります）



- ① 「兵庫県立姫路東高校です。救急車を要請します。」
- ② 「住所は姫路市本町68番地の70です。」
- ③ 「電話番号は079-285-1166です。」
- ④ わかる範囲の状況、原因を伝える。
(いつ、だれが、どこで、何をしていたとき、出血、呼吸、意識の有無)
- ⑤ 救急車を要請している自分の氏名
- ⑥ 救急隊到着時には知っていたら本人のかかりつけ医を伝える。