

ほけんだより



平成30年度
徳島県立脇町高等学校

1年生のみなさん、入学して1ヶ月が経とうとしていますが、学校生活はどうでしょうか。新しい環境になり、疲れやストレスがたまりやすい時期です。無理はせず、困ったことがあれば、いつでも保健室に相談に来てください。

保健室の藤野です！今年度もよろしくおねがいします



- ☆なるべく担任の先生・授業の先生にことわってから来ること
- ☆必ずノックをして入室し、クラス・名前をつけること
- ☆保健室での休養は原則1時間
- ☆休養している人がいるときは静かにすること
- ☆保健室での飲食は禁止
- ☆保健室では飲み薬をあげることはできない（どうしても薬が必要な場合は自分にあつた薬を持ってくること）

今後の健康診断の日程

4 / 27 (金)	尿検査②
5 / 1 (火)	眼科
5 / 2 (水)	眼科
5 / 7 (月)	内科
5 / 10 (木)	歯科・内科
5 / 15 (火)	尿検査③

お世話になる先生方

内科	林 真見子 先生
歯科	尾方 保夫 先生
眼科	奏 聡 先生
耳鼻科	高田 堅二 先生
薬剤師	井川 博愛 先生

よろしくおねがいします

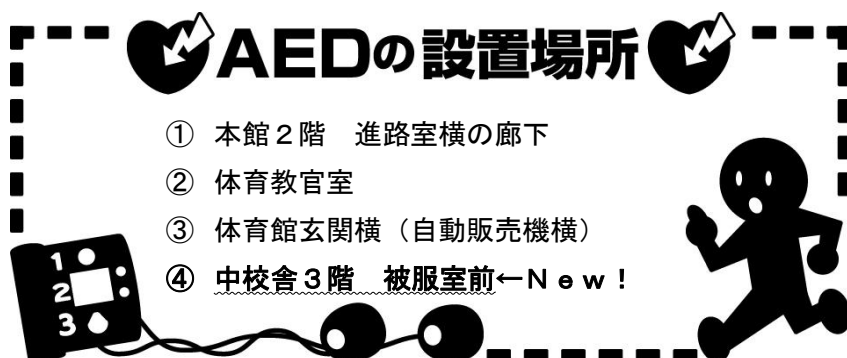
健康診断が続きます。スムーズに行えるよう、移動や更衣は速やかに、順番が来るまで静かに待機しましょう。各科の保健調査は正確に記入し、気になることがある場合は校医の先生に聞いてください。

《《《『結果のお知らせ』を受け取ったら》》》



健康診断で異常などが見つかった場合は、お知らせを出しますので、保護者の方と相談して、早めに専門医のところへ行き、検査・治療を受けましょう。受診後は、結果の用紙を保健室へ提出してください。

AEDの設置場所を知っておきましょう！



- ① 本館2階 進路室横の廊下
- ② 体育教官室
- ③ 体育館玄関横（自動販売機横）
- ④ 中校舎3階 被服室前←New！

今年、中校舎3階の被服室前に新しいAEDが設置され、計4台になりました。いざというときにすぐにAEDを準備できるように、設置場所は必ず把握しておきましょう。

倒れている人を見かけたら・・・

- ①安全の確認（二次災害を防ぐため。）
 - ②肩をたたいて意識の確認
 - ③助けを呼ぶ（119番への連絡。AEDの依頼。）
 - ④呼吸の確認（胸と腹部の動きを見て、呼吸の確認。※10秒以内。わからないときは胸骨圧迫を開始）
 - ⑤胸骨圧迫（胸が約5cm沈む程度の強さで、1分間に100回から120回のテンポで）
※技術と意思があれば胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す。
 - ⑥必要であればAEDで電気ショック（体から離れてくださいと呼びかける）
- ★救急隊に引き継ぐまで心肺蘇生を続けましょう

日本スポーツ振興センターの災害共済給付について

「学校の管理下」で発生した災害（負傷・疾病・障害など）に対して、保護者に医療費や見舞金などが支払われるものです。「学校の管理下」とは、授業中や部活動のほか、休み時間や登下校中も含まれます。

初診から治癒するまでの支払いが1500円以上のときに請求することができます。

以下の手順で医療機関への手続きをお願いします

- ①学校（保健室）から「医療等の状況」の用紙を受けとってください。また日本スポーツ振興センターのホームページからもダウンロードできます。病院外の薬局で薬を処方された場合は、さらに「調剤報酬明細書」が必要になります。
- ②受診した医療機関に提出し、医療費を証明された「医療等の状況」の用紙などを受けとってください。
- ③「医療等の状況」などの用紙を学校（保健室）へ提出してください。

- ★健康保険が適用される受診が対象です。
- ★数ヶ月かかる場合は、療養月ごとに書類が必要です。
- ★受診した月から2年間請求を行わなかった場合、給付が受けられなくなります。
- ★支給されるまで3ヶ月程度の時間がかかります。

