保健だより 4月

令和４年４月

４月の別名は「卯月（うづき）」。草木が芽吹き、生命の循環が始まる時期だから「初月（ういつき）」、田畑に苗を植え始める頃をあらわす「植月（うえつき）」…と、語源にはいろいろな説があります。どちらにしても、新学期のスタートにはぴったりだと思いませんか？ぜひ、高い目標を設定しいろいろなことに挑戦してください。そのためには、心と体の健康を整え、自分の健康は自分で管理できるよう心がけましょう。

愛媛県立新居浜西高等学校　保健委員会

教育相談のご案内

４月は新しい環境になれず、不安でいっぱいになり、しんどいことが出てくると思います。そんな時は、一人で悩まず相談に来てください。皆さんの秘密は守ります。

〈担 当〉工藤こずえ
〈日にち〉14 日・21 日・28 日　毎週木曜日
〈時 間〉12:00～18:00
〈場 所〉教育相談室（本館４階）
〈電 話〉0897 - 37 - 2735　＊電話で予約できます。

もしもの時に覚えておいてください　校内の設置場所

ＡＥＤ
・職員室前　・保健室前　・体育館の南壁
・第２グラウンドのトイレの横

担　架
・本館２、３、４階の東側手洗い場前　・定時制職員室横
・保健室前　・第１教棟４階西階段前　・体育館北側壁
・体育館南側壁×２　・第１教棟４階東階段前
・ハンドボールコート(ベンチ型)　・クラブハウス

消火器

初期の消火活動に欠かせない消火器。本校は廊下に赤い箱に入れて設置していますので、普段から確認しておき、もしもの時にすぐに使えるようにしておいてください。

①安全栓を上に引き抜く
②ホースを外し、先端をもって火元に向ける
③レバーを強く握って、放射する

＊火の根元を狙って、手前から箒で掃くようにして放射します。

保健室利用ガイド

マナーを守り、みんなが気持ちよく利用できる保健室にしましょう!!

1．原則として休憩時間に利用する。授業時間にかかる場合には、クラスの友達に伝え、授業の先生に自分の居場所が確実に伝わるようにしましょう。
2．ベッドの利用は**原則１時間まで**です。
3．保健室では学校管理下で起きた負傷等の応急処置を行います。その後の手当や治療は家庭や病院で行いましょう。
4．薬(内服薬、湿布)や衛生用品、生理用品は各自で用意しましょう。
5．爪切り等の身だしなみは家庭で整えましょう。

独立行政法人日本スポーツ復興センター『災害救済給付制度』について

学校の管理下で災害（負傷、疾病、傷害または死亡）が発生し、医療機関で治療・処置を受けた場合、日本スポーツ復興センターから医療費の給付を受けられる制度があります。

●学校管理下とは

①各教科授業や遠足、修学旅行、掃除などの学校行事中
②部活動、林間学校、臨海学校など学校の教育計画に基づく課外指導中
③業間休み、昼休み、始業前、放課後など学校の定めた特定時間中
④登校中、下校中
⑤その他(学校外での授業、集合・解散場所と住居・寄宿舎との間の合理的な経路など)

●給付を受けるには

初診から治療が終了するまでの総医療費が 5000 円以上(健康保険証を使って本人負担分が 1500 円以上)の場合。新居浜市在住の生徒は、医療費窓口支払いがありませんが、お見舞金１割を受け取ることができます。

●給付手続きは

なるべく早く、保健室に申し出る。

学校における感染症の予防

学校において予防すべき感染症は学校保健安全法に規定されています。これらの感染症にかかった場合には、定められた期間、学校は出席停止となります。（欠席扱いにはなりません。）医師に診断された場合には、担任へ連絡してください。

感染症類型	感染症の種類	出席停止の期間
第一種	エボラ出血熱 新型コロナウイルス	治癒するまで
第二種	インフルエンザ	発症後５日を経過し、かつ解熱後２日を経過するまで
	百日咳	特有の咳が消失するまで。または５日間の適切な抗菌薬療法が終了するまで
	麻しん(はしか)	解熱後３日を経過するまで
	流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後５日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで
	風しん	発しんが消失するまで
	水痘(水ぼうそう)	全ての発しんがかさぶたになるまで
	咽頭結膜熱	発熱、咽頭炎、結膜炎などの主要症状が消退したあと２日を経過するまで
	結核	学校医やほかの医師に感染の恐れがないと認められるまで
	髄膜炎菌性髄膜炎	学校医やほかの医師に感染の恐れがないと認められるまで
その他の感染症	感染性胃腸炎ほか 主治医が出席停止と判断したもの	学校医やほかの医師に感染の恐れがないと認められるまで

新型コロナウイルスの対策をしっかりと！！

1　基本的な感染防止対策の実施
　○マスクの着用
　○咳エチケット
　○人と人の距離を確保
　○「密閉」「密集」「密接」の３密を避ける、大声を出さない
2　換気の実施
　○常時窓開け
3　規則正しい生活

☆健康診断予定表☆

【尿検査】
４月 14 日(木)、15 日(金)、28 日(木)
【内科検診】
４月 22 日(金)、26 日(火)、５月 10 日(火)、24 日(火)、27 日(金)、31 日(火)、６月２日(木)、７日(火)、17 日(金)、21 日(火)、24 日(金)
【歯科検診】
４月 20 日(水)、５月 25 日(水)、６月１日(水)、９日(木)
【眼科検診】
４月 25 日(月)
【心電図検査】(1 年生のみ)
５月 11 日(水)
※男子バスタオル、女子バスタオル＋フェイスタオル持参します。
【結核検診】(1 年生のみ)
５月 13 日(金)

＊学校医、薬剤師の紹介＊
【学　校　医】　永易大典先生　ながやす整形外科クリニック
【学校眼科医】　黒光正三先生　くろみつ眼科
【学校歯科医】　薗田弘先生　そのだ歯科クリニック
【学校薬剤師】　横山克子先生　フロンティア薬局本郷店

保健室からのお知らせ

・４月は検診が多くあります。欠席しないように、日頃から体調を整えておきましょう。
・昼食時は黙食の徹底、教室の換気、熱中症予防のため、こまめな水分補給をよろしくお願いします。
・コントレンズの空ケースの回収を行っています。今回は、7.5 kg集まりました。（４月 11 日現在）
今後もご協力よろしくお願いします。