

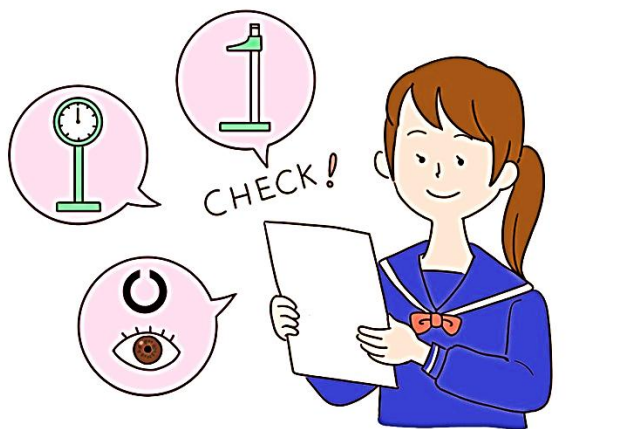
保健だより 5月



健康診断の結果をチェック!

健康診断の結果を見えていますか？ 健康診断の結果を確認することで、体の成長や現在の様子を把握でき、病気の早期発見・早期治療につなげることができます。医療機関の受診を勧められた人は、早めに受診しましょう。

健康診断は「受けるだけで終わり」ではありません。自分の健康を自分で守るために、活用してください。



保護者の皆様へ 健康診断でのお願い

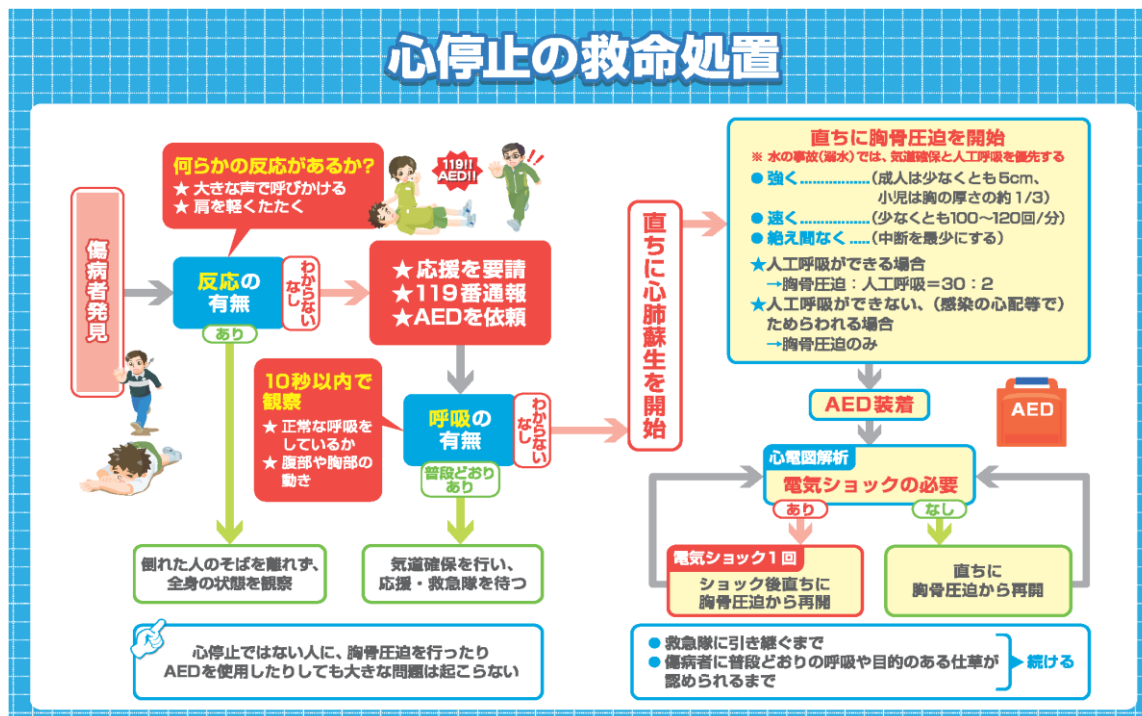
内科検診では聴診器を皮ふに直接当てて行いますが、衣服や肌着の上からでは衣服が擦れる音の影響や、心音を聴くポイントに聴診器を当てられず、心雑音やぜん息、脊柱の検査では側わんや胸郭の異常を見逃してしまう可能性があります。疾病や異常の早期発見のため、脱衣して診察することもあることをご理解ください。プライバシーの配慮として、①男女別に実施すること②脱衣や検診時には周囲から見えないようにパーテーションで個別のスペースを作ること③脱衣が必要な場合は直前まで着用し、不要な露出を避けることなどの対応を行います。個別に対応が必要な場合はご相談ください。ただし、希望する対応内容によっては十分な健診ができない可能性があります。

AEDの場所が変わりました

これまで職員室前にあったAEDが屋外設置型に変わり、土日や夜間でも使用しやすくなりました。場所は正門から入って職員玄関横です。

『現在日本では毎日およそ200人が心室細動という不整脈によって突然命を失っています。救命には迅速な電気ショックが欠かせず、現場で頼れるのは医師や救命士ではなく市民であり、その市民による電気ショックを可能にしたのがAED（自動体外式除細動器）という器機です。（日本AED財団より抜粋）』

AEDの使い方を知らなくても、電源を入れれば手順を教えてくださいますが、いざという時に勇気を持って使えるようになってほしいと思います。



↑ 日本スポーツ振興センターHPより

AED設置のお知らせ

【設置場所】
正門すぐ 職員玄関横



- ここです！
(正門から入って)
- (1) 反応を確認
 - (2) 119番通報とAEDの依頼
 - (3) AEDを使用
(音声指示や点滅するランプに従って操作をする)
 - (4) 心肺蘇生を続ける

緊急時の行動

- ・落ち着いて行動しましょう。
- ・どなたでもご使用いただけます。
- ・119番通報を忘れずに。

そろそろ注意が必要です!

熱中症

まだ体が暑さに慣れていません。体温調節がうまくできるよう、軽い運動や入浴などで汗をかき、汗腺の機能を高めておきましょう。

紫外線

紫外線が強くなっていく時季です。肌へのダメージを防ぐため、日焼け止めクリームを塗るなどしてしっかりケアをしましょう。

