

保健通信 冬休み直前号

湯本高校保健室
2020年12月18日発行

いよいよ明日から冬休みが始まりますね。今年は新型コロナウイルス感染症が流行し、私たちの生活が一変しました。ソーシャルディスタンスを保つ、マスクの着用、人混みを避けての生活など感染症が流行する前までは、馴染みのなかった生活様式ですが、今では当たり前の日常になっていますね。年末年始は、人と関わる機会が多くなります。自分は大丈夫と過信せず、常に感染するリスクはあるのだと自覚し、一人ひとりが感染予防に努めてほしいと思います。

歯科検診が行われました！



11月19日(木)に、全校生を対象に歯科検診を行いました。今年度も4名の歯科医さんに協力いただき、検診を行いました。

湯本高校では、歯式入力や歯鏡洗浄、生徒の誘導を保健委員会の3年生に協力してもらっています。今年も、事前に歯式入力の練習をし、検診当日も一生懸命仕事をしてくれました。保健委員会の3年生、ありがとうございました！検診終了後、「歯・口の健康診断結果と受診のおすすめ」という黄色の用紙を全員に配布しています。その中の「異常」のところには1つでも○がついた生徒は、歯医者を受診してください。むし歯は放っておくと、状態が悪化し、歯を失ってしまうこともあります。早めに受診し、口腔内を清潔に保ちましょう！！



知っていますか？ AEDの使い方！



湯高では、保健室と体育教室に AED が置いてあります！

AED は、学校の他に公共の施設などに設置されていて、誰でも使うことができます。

いざというとき、勇気をもって行動できるように救命処置の流れを復習しておきましょう！

救命処置の流れ

<人が倒れていたら…>

①傷病者に呼びかけ

②応援を呼ぶ

③呼吸の確認

④(呼びかけに反応がない場合)

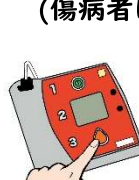
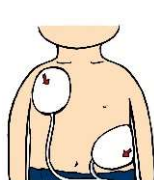
胸骨圧迫(可能なら気道確保+人工呼吸)



⑤電源を入れ、パッドを装着

⑥電気ショック

(傷病者に触れないこと)



～救急車が到着するまで～

AED は2分ごとに解析をしてくれます。AED の指示に従って、救命処置を続けましょう！

※胸骨圧迫は、「強く・速く 1分間に100回～120回」のペースで行う。

※パッドを装着する際は、汗や水分は拭き取り、金属類は避けて装着すること。

カウンセラー来校日

1月14日(木) 21日(木)

28日(木)

今年は新型コロナウイルスが流行し、大変な1年でしたね。来年は良い年になりますように😊
みなさん、よい年をお迎えください♪

