



令和3年7月12日 練馬中学校 保健室
問い合わせ先：03-3990-5451（職員室）

健康診断が終了しました!

「定期健康診断の記録」を配布しました。自分の健康状態についてしっかり確認しましょう。また、生徒の皆さんは必ず保護者のかたにみせてください。健康診断の結果、治療や詳しい検査が必要とされた人は、早めに受診をしてください。夏休み中には受けるようにしましょう。

生徒のみなさんは、記録の中でわからないことや不安なことがあれば、ぜひ保健室に聞きに来てください!



受診がまだの人へ 夏休みはたっぷり時間があります

4月からの健康診断が終わりました。校医さんから「病院に行って詳しく診てもらったほうがいいよ」と言われた人には「受診のおすすめ」を渡しています。まだ受診をしていない人は、夏休みがチャンスです。病院で一度診てもらってください。

もし治療が必要な時も、夏休みなら通院しやすいと思います。

そのうち、そのうち…で夏休みが終わらないうちに



保護者のみなさまへ 健康診断結果について

- 定期健康診断の記録を返却します。

4月から実施してきた定期健康診断もおかげさまで終了しました。保護者の皆様には、保健調査票など種々の書類作成・提出をはじめさまざまな面からご協力いただき誠にありがとうございました。

健康診断の結果から、受診が必要とされたお子さんには「健康診断結果のお知らせ」をそれぞれ内科、歯科、眼科、耳鼻科等項目ごとにお渡ししています。また、尿検査や心臓検査で受診が必要になった場合も随時お知らせを配布しています。お知らせを受け取られた場合は早めに医療機関での受診および治療をすすめ、その結果、受診報告書を提出いただくと幸いです（※学校での健康診断は「スクリーニング」のため、受診の結果『異常なし』となることもあります）。ご了承ください。

熱中症への対処法 ～いざという時のために確認しておきましょう！～

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の措置が肝心です。

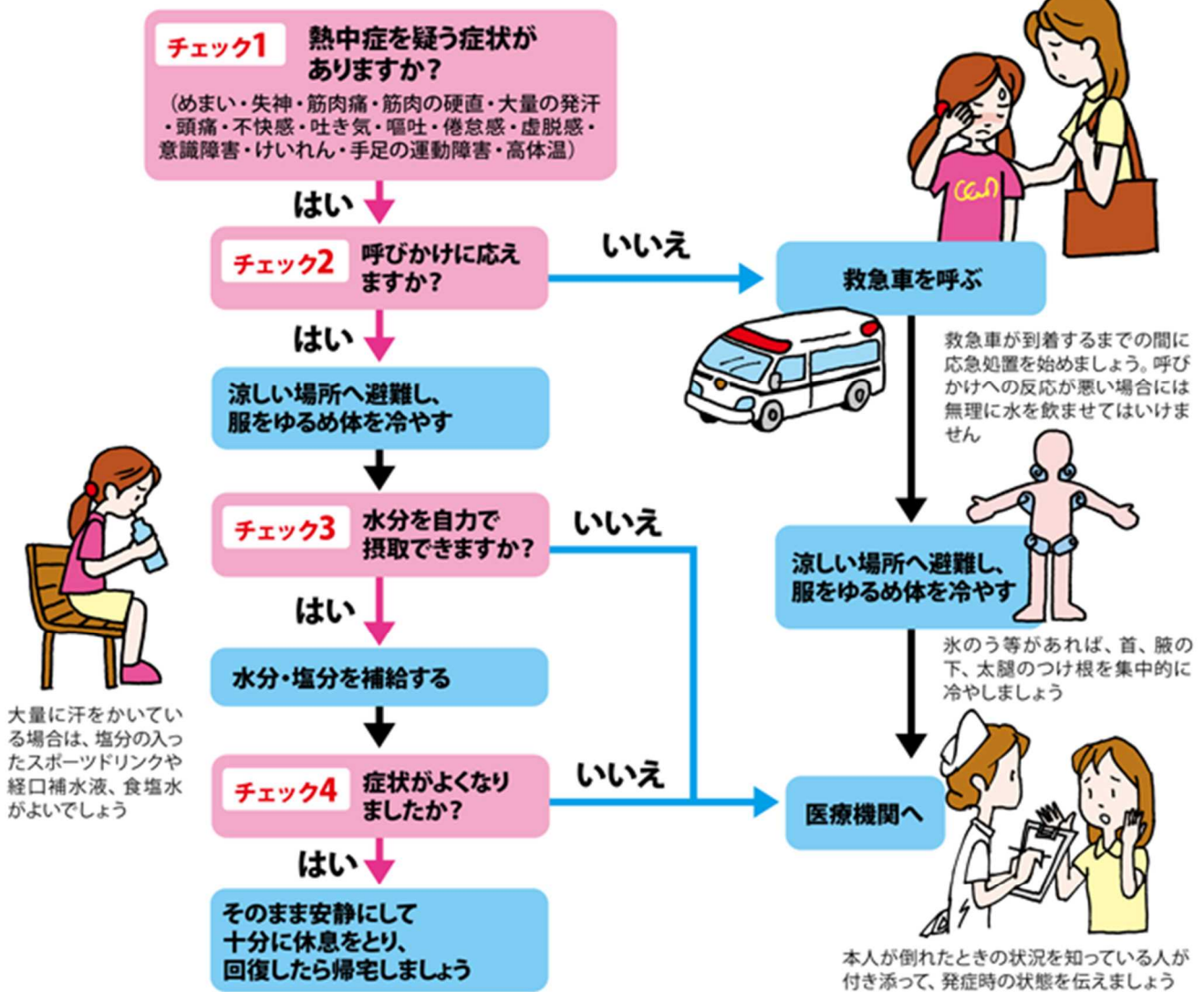


図2-7 熱中症を疑ったときには何をすべきか

出典：環境省「熱中症環境保健マニュアル2018」p.24

～雷から自分を守るための行動～

雨の日が続いています。突然の雷に驚くことも・・・！身を守るための行動を知っていると安心ですね。



木や電柱など背が高いものから離れる。傘は閉じる。



建物や車の中などに避難して、なるべく空間の真ん中にいる。



避難する場所がない場合は、身を低くして「雷じゃがみ」をする。