



保健だより 9月

令和7年度 第3号
2025.8.29(金)
加美農業高校保健室

9月の保健目標

基本的な生活リズムを整えよう



～夏休み中に病院受診はできましたか？～

健康診断後に受診のお知らせをもらっていて、すでに受診した人は、『受診報告書』を担任の先生、または保健室まで提出して下さい。用紙をなくしてしまった人は、保健室で再発行しますので、申し出てください。

～部活動等のケガ・熱中症で受診した人へ～

夏休み中の講習・部活等での「ケガ」や、「熱中症」は場合によって、『スポーツ振興センター災害共済給付』申請の対象になります（ただし、保険適用の場合に1500円以上が対象です）。医療費助成で自己負担がない場合も適応になります。該当する人は保健室に連絡してください。

なお、夏休み前のケガについても、申請をするかしないか確認していきたいと思います。保健室からも連絡しますが、自分の申請状況が分からぬ場合は、保健室に聞きてください。

～色覚検査の希望調査を行います～

「学校保健安全法施行規則の一部改正」（平成28年4月1日より施行）により、希望者に色覚検査を実施しています。

今年度の希望調査は1年生のみ行いますが、今まで検査をしていない2・3年生も希望があれば実施します（昨年度実施した人は対象外です）。

2・3年生で希望する人は、希望調査の用紙を渡しますので、直接保健室に申し出てください。

抜け出せ！夏休みモード



重要!

AEDの

使い方



臓が止まった人に何もしなかった場合と比べて、胸骨圧迫（心臓マッサージ）をした場合、命を助けられる確率が2倍近く高くなります。さらにAEDを使用した場合は、約半数の人を救えるという調査結果が出ています。AEDの使い方を知っておきましょう。

① 電源を入れる

（ふたを開けただけで電源が入るものもあります）



② 電極パッドを胸に貼る



③ 心電図の解析を待つ

（電極パッドを貼ると自動的に始まります）

④ 電気ショック

- 電気ショックの指示が出たら近くに人がいないことを確認し電気ショックのボタンを押す（自動で行うAEDもあります）。ショック後すぐに胸骨圧迫を再開する
- 電気ショックが不要の場合、胸骨圧迫を再開する



⑤ 胸骨圧迫とAEDをくり返す

（2分ごとに電気ショックが必要かどうか自動で解析します）