

保健だより

令和3年7月2日（金）

No.5

文責 養護教諭 阿部 翔子



じめじめした日が続いていますね。まもなく、あつ～い夏がやってきます。クーラーに頼りすぎずに、徐々に暑さに体を慣らしていくことも大切です！保健室前の掲示板に、熱中症予防のポイントをまとめてみました。職員室入り口には、その日の「**暑さ指数**」を表示しています。通りかかったらチェックしてみてくださいね。

今年度の健康診断がおいりました

《健康の記録》

健康診断の結果について、「健康の記録」を本日（7月2日）生徒へ配付しました。保護者の方は、お子さんの健康状態についてよくご確認ください。

ご確認くださいましたら、**保護者印**を押印の上、**7月8日(木)まで**に学級担任へご提出ください。

《医療機関の受診のお勧め》

学校医の先生より、「専門医による精密検査や治療が必要」との所見があった生徒については、**受診のお勧め**の用紙を配付しています。特に、前号の保健だよりでもお知らせしたとおり、**歯科受診の必要のある生徒がとても多いです**。治療に時間がかかる場合もあると思いますので、ぜひ**夏休み**を利用して歯科医院を受診してみてください。治療が完了しましたら、記入済みの用紙を学級担任へご提出ください。

「いのち」に関する学習をしました

～ 思春期講座（3年生）～



SNSや妊娠出産に関する事件が後を絶たない世の中…。性の被害者・加害者にならないよう、正しい知識をもって自分の身を守る必要があります。

桜井産婦人科医院の桜井医師から、**気になるけど普段なかなか大人には聞けないような、でもとっても大事な「性」や「愛」**の話聞くことができた3年生。

「**ステキな人**とはどんな人かと言うと・・・？」

①**自分が望む事（=Yes）、望まない事（=No）を相手に意思表示できる！**②**相手のからだを大切にできる！**・・・そんな**ステキな大人**になってください。」とのメッセージが印象的でした。

知っていることばかりだと思っていたけど、性のことや恋愛のことなど、知らないことばかりだったからとても勉強になりました。そして、男性も大変なことがあるけど女性ももっと大変なことを再認識できたから、よかったです。（3年生の感想より）

～ 救急蘇生法講習会（2年生）～

「**目の前で、大切な家族や友人が突然意識を失って倒れたとき、何ができるのか…！？**」

NPO 法人福島 ACLS 協会の田勢医師の、そんな言葉から始まった講習会。

郡山市では、119 番通報してから救急車が到着するまでに**平均 8～10 分**かかります。

心肺停止となった人を救うためには、**救急車の到着を待たずに 1 分 1 秒でも早く心肺蘇生法を開始することが重要**です。今回はそのための方法を学びました。

一人一台ずつダミー人形を使って、**胸骨圧迫**や**AEDの使い方**の演習を行いました。練習を繰り返すうちにだんだんコツをつかめたようで、講師の先生方にも「上手になった！」と褒めていただきました。



いざという時に勇気を持って実践できるよう、今回学んだことを忘れないでいてくださいね。