

夏休みが終わり、再び学校生活が始まりました。休み中も部活動や講習等で、普段以上に忙しく過ごした人も多いようです。これからは、暑さや忙しさによる疲れが出やすい時期でもあります。早めに休養をとり、食事・睡眠等の体調管理に十分気を配りましょう。

## \*\*\* 夏休み中に病院受診はできましたか？ \*\*\*

夏休み前に、担任の先生から『健康診断の結果』が配付されたと思います。病院受診が必要な人は、夏休みを利用して専門医を受診するように連絡しましたが、受診はできましたか？ 病院の受診をした人は、早めに『受診報告書』を担任の先生、または保健室まで提出してください。特に虫歯があった人は、早めの治療をオススメします！待っていても虫歯は絶対に治りません！

## \*\*\* 部活動等のケガ・熱中症で受診した人へ \*\*\*

夏休み中に講習・部活等で「ケガ」をしたり、「熱中症」で病院にかかったりした場合は、『スポーツ振興センター災害共済給付』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）。医療費助成の場合も適応になる場合があります。該当する人は保健室に連絡してください。なお、以前にケガをして書類が未提出となっている人もいます。早めに提出をお願いします。



- ① 職員玄関
- ② 七峰会館入り口の2カ所にあります。確認してみてください。

## AEDを使えばもっとたくさんの命が救えます



肺停止で倒れている人がいたら、できるだけ早く119番に通報することが大切です。ただ、通報しただけで何もせずにいたのでは、救えるのは通報したうちの7%\*1。待っている間に胸骨圧迫（心臓マッサージ）を行い、さらにAED（心臓に電気ショックを与える医療機器）を使用すれば、50%\*2まで高まります。

AEDは学校、駅、公共施設など、人が多く集まるところに設置されています。AEDがある場所を覚えておいてください。そして、いざというときにはためらわずに使ってください。

