



令和3年度
豊橋工科高校 全日制 保健室

保健室では、心身の健康増進のお手伝いをしています。具合が悪いとき、心配なことがあるときは、どうしたらいいか保健室で一緒に考えましょう。

保健室 藤田・渡邊



入学・進級 おめでとう

⚡ AEDは2台あります

1階昇降口



機械科棟通路



AED(自動体外式除細動器)とは？

けいれん状態の心臓に対して電気ショックを与え、心臓機能の回復を図る救命機器です。

スポーツ振興センター 災害共済給付制度

- ▲全員が加入しています。
- ▲給付対象範囲は…
登下校、授業中、学校行事、
休み時間、部活動 など。
- ▲「災害」の範囲は…
負傷(捻挫、骨折、打撲など)
疾病(食中毒、熱中症など)

申請をする場合は、保健室まで
申し出てください。

保健室利用のルール

- 休養は、原則1時間まで。
- 薬やマスクはありません。
必要なものは自分で持ってきてください。
- 継続的な対応はできません。
長引く体調不良やケガは、病院を受診しましょう。
- 保健室内は飲食禁止です。



ウォーミングアップとクールダウンで ケガの予防！！

運動前はウォーミングアップで体温を上げて血液循環をUP！運動後はクールダウンをすることで疲労物質の排出を促そう。
軽いジョギングやストレッチがおすすめです。

万が一けがをしてしまったら…
病院を受診した場合、「スポーツ振興センター災害共済給付制度」の対象になります。



健康診断 はじまります



検査項目	実施日	対象	場所	時間
胸部X線間接撮影	4月23日(金)	1年生	昇降口	1~3限
心電図			会議室	
血圧			会議室	
尿検査	一次①	全校生徒	教室で回収 →保健室	朝ST後 すぐに提出
	一次②			
	二次①	5月7日(金)	保健室	
	二次②	5月28日(金)		
内科検診 運動器検診	5月26日(水)	2・3年生	保健室	13:00~ 15:20
	5月28日(金)	1年生		
	6月4日(金)	1年生		
耳鼻科検診	4月14日(水)	1年(全生徒) 2・3年抽出者	保健室	1~3限
眼科検診	6月8日(火) 6月15日(火)	全校生徒	保健室	1限
歯科検診	5月27日(木)	2・3年生	保健室	1~6限
	6月3日(木)	1年生		1~3限
身体計測 <small>※体力テストと併せて実施</small>	4月20日(火)	全校生徒	各測定箇所	1~6限

⚠ 検診結果は個人情報。他人の検診の様子や結果を覗かない。

今年度も コロナ対策 続けます ご協力よろしくお願ひします



登校前の
検温・健康観察
必ず実施して。



マスク常時着用。
(運動時以外)



廊下側の天窗
外側の窓2箇所
常時開放。



昼食は間隔を
あけて座り
前を向いて。