



令和6年度
豊橋工科高校 全日制 保健室

保健室では、心身の健康増進のサポートをします。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 千駄・渡邊



健康診断 始まります

自分が受ける検診をチェック！

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、けいれんを止める救命機器です。

保健室利用のルール

- ☆ 休養は、原則1時間まで。
- ☆ 薬やマスクなど、必要なものは自分で用意する。
- ☆ 継続的な対応はできません。
長引く体調不良やけがは病院を受診しよう。。
- ☆ 保健室内は飲食禁止。

検査項目	実施日	対象	場所	時間
胸部X線間接撮影	4月25日(木)	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	一次有所見者 一次未提出者	保健室	
	二次②			
内科検診 運動器検診	4月22日(月)	2年生	保健室	13:00~6限
	5月24日(金)	3年生		
	6月7日(金)	1年生		
耳鼻科検診	4月24日(水)	1年(全生徒) 2・3年抽出者	保健室	1~3限
眼科検診	5月27日(月) 6月18日(火)	全校生徒	保健室	5限
歯科検診	6月6日(木)	1・2年生	保健室	1~6限
	6月20日(木)	3年生		1~3限
身体計測 <small>※体力テストと併せて実施</small>	5月1日(水)	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。

保健室からの3つのお願い

朝ごはんを食べる！

朝ごはんを食べてエネルギーや水分を補給することで、授業に集中できたり、スポーツや実習中の事故、熱中症の予防ができます。



登校前に健康観察！

体調が悪い時は熱を測り、授業を受けられる体調であるか、登校前によく検討してください。無理はしないでくださいね。



健康診断で 所見を指摘されたら すぐ病院へ！

速やかに必要な検査や治療を受けましょう。かかりつけ医を持ち、生涯にわたって健康を管理する意識や習慣を持てるとよいですね。



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。

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。

