

ほけんだより 9月



和歌山県立田辺工業高校 保健室 2021年9月(第2号)

9月9日 救急の日

田辺工業高校のけがの処置では、登下校中、自転車の転倒によるものや、運動中の突き指や捻挫が多く見られます。けがの応急処置が自分でできるとよいですが、その前に、けがの予防について、日頃の注意点から考えてみましょう。

☑ まいにちチェック! ☑

けがにつながるポイント

- すいみんぶそくはないですか?



- 朝ごはんをぬいていませんか?



- 暑さによるつかれはないですか?



- 服がゆるい/きつい感じはないですか?



- 手・足のつめはのびていませんか?



- くつのはもはゆるんでいませんか?



新型コロナウイルス感染症のこと

首都圏の緊急事態宣言延長が濃厚になっています。感染者数はやや減少傾向にあるものの、医療の逼迫が切実で自宅療養者が多いこと、自宅療養者の増加に伴い、家庭内感染が広がりを見せていることなどあまり明るくないニュースが流れています。

県内の感染者数はやや減少傾向にありますが、田辺保健所管内の人口10万人あたりの感染率はまだまだ高値を示しており、しばらくはステージIVの生活様式を守ることになりそうです。

ワクチン接種も進んできているようですが、変わらず密を避け、可能な限りマスクを着用し、身の回りの清潔を心がけて、免疫力を落とさないような生活を心がけてください。

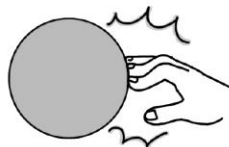
どちらが正しい?

救急処置ミニクイズ

- A** ころんですりむいたときは…?
- ①水道の水できずを洗い流す
 - ②きずにすぐばんそうこうをはる



- B** つきゆびをしたときは…?
- ①あたためて引っばる
 - ②冷やして動かさないようにする



- C** 頭に「こぶ」ができたときは…?
- ①冷たいタオルをあてる
 - ②あたたかいタオルをあてる



- D** 足がつってしまったときは…?
- ①冷やしながら強めにたたく
 - ②あたためながらマッサージする



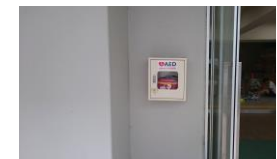
(こたえ：A…①、B…②、C…①、D…②)

田辺工業敷地内の AED の設置場所

☆本館玄関前



☆体育館玄関前



☆グラウンドブルペン内



今後の保健行事について

内科検診・歯科検診追検査が残っていますが、地域の感染状況を見ながら学校医の先生と話し合いを勧めます。

日程が決まればすぐに連絡をします。