



保健だより

前橋工業高等学校全日制
令和4年5月20日発行



十分な睡眠と朝食で体調を整えましょう！

今週前半は天気が悪く、頭痛などの体調不良を訴える人が多くいました。水曜日からは気温がぐっと上がり、日差しが強い日が続いています。暑さに慣れていない人は、睡眠不足や朝食抜き等が重なると、熱中症になる危険が増します。また、日頃汗をかくことが少ない人は、夏本番となる前に運動などで汗をかく練習をしておくことも熱中症予防になります。

来週は中間考査です。1年生は初めての定期試験なので、緊張している人もいないのではないのでしょうか。勉強時間を確保しつつ、生活のリズムを崩さないように気をつけましょう。しっかり食事・十分な睡眠・適度な運動で、免疫力を上げ、感染症にも負けない体づくりをしていきましょう！



学校医の先生方を紹介します！



| | | |
|----------|-----------|-------------------|
| 学校医（内科） | 大野 富雄 先生 | 大野内科クリニック（前橋市樋越町） |
| 学校医（内科） | 金子 達夫 先生 | 金子クリニック（前橋市東上野町） |
| 学校医（眼科） | 横地 みどり 先生 | 横地眼科医院（前橋市平和町） |
| 学校医（耳鼻科） | 三浦 信明 先生 | |
| 学校歯科医 | 小野里 洋一 先生 | 小野里歯科医院（前橋市前箱田町） |
| 学校医薬剤師 | 重原 拓也 先生 | 50号薬局（前橋市天川大島町） |

治療勧告を受けたら受診しましょう！

4月に実施した視力検査で、両眼ともA（1.0以上）とならなかった人に受診勧告書を配付しました。また、1年生には今週の歯科検診の結果を全員にお渡ししました。その中で、虫歯（C）等の疑いがある人は、受診をお勧めする欄にチェックが入っています。できるだけ早期に受診し、治療が終わったら報告書を学校に提出してください



【今後の健康診断日程表】

| 月日 | 曜日 | 時間 | 項目 | 対象 | 会場 | 準備 |
|-------|----|-------|--------------|---------------------|---------|------------------------|
| 6月2日 | 木 | 朝 回収 | 尿検査 (2回目) | 再検査者 未提出者 | 保健室に持参 | 早朝尿を採る |
| 6月6日 | 月 | 9:00 | 耳鼻科検診 | 1年生全員 2・3年生抽出 | 保健室 | 2・3年生は問診票より抽出 |
| 6月9日 | 木 | 9:00 | 歯科検診 | 2年生 | 保健室 | 朝、丁寧に歯みがきをしてくる |
| 6月16日 | 木 | 12:50 | 内科検診 | 3年生 | 保健室 | ※短縮校時 YシャツまたはTシャツ1枚 |
| 6月23日 | 木 | 朝 回収 | 尿検査 (3回目) | 再検査者 未提出者 | 保健室に持参 | 早朝尿を採る |
| 6月23日 | 木 | 13:30 | 眼科検診 | 全校生徒 | 生徒玄関ホール | 5時間目開始時 全クラス教室待機 |
| 7月4日 | 月 | 未定 | 健診予備日 | 心臓・胸部X線 ・貧血の未受検者 | 健康づくり財団 | 徒歩で移動 |
| 7月7日 | 木 | 13:30 | 内科検診 | 2年生 | 保健室 | Yシャツまたは Tシャツ1枚 |