

保健だより 5月号

北海道札幌工業高等学校
定時制課程 保健室
令和6年5月15日

役に立つダイヤルがいっぱい

110番、119番を知らない人はいますか？ これらは皆さんの安全や命を守る電話番号です。
では、189、#7119、はわかりますか？ #9999は知っていますか？ 知っていると役に立つ電話番号を載せます。

No.	番 号	内 容	参 考
1	110	事件・事故の急報	
2	119	火事の緊急通報、救助・救急車の要請	
3	118	海上における事件・事故の緊急通報	
4	189	児童相談所虐待対応ダイヤル	“いちはやく”と覚えてください。
5	188	消費者ホットライン	“いやや”と覚えてください。有料。
6	#7119	救急安心センター事業	救急車を呼んだ方がよいか、受診した方がよいか迷った時。
7	#9999	孤独・孤立相談ダイヤル	
8	#8891	性犯罪・性暴力に関する相談窓口	“はやくワンストップ”と覚えてください。
9	#9110	警察相談専用窓口	犯罪になるかどうか判らない時など。

一生使いたくない番号もありますが、万が一の時に必要な番号です。自分を守るため、大切な人を守るためにも、覚えておくと便利です。

コトシハガモダニオノカイモイダスナダフサフシヨホセフコフカクカフシヤイヲシメスヨブデ

今年一年間、皆さんの心身の健康を管理してくれる学校医、
学校歯科医、学校薬剤師、スクールカウンセラーを紹介します。

【学 校 医】鈴木 研一 先生
(緑の街診療所)



【学校歯科医】田辺 隆 先生
(タナベ歯科医院)

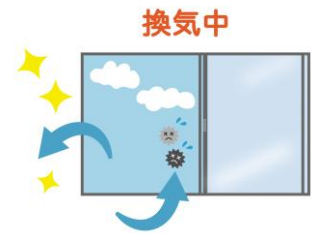
【学校薬剤師】矢野 勇 先生
((株)ダルテック)

【スクールカウンセラー】龍島 秀広 先生
(臨床心理士)

本校にはスクールカウンセラーが配属されていて、毎月1回来校します。スクールカウンセラーとの面談を希望する人は、学級担任か養護に問い合わせてください。

感染症がじわじわ増えています

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症が、学校で発生しています。ウイルスは目に見えないだけに、やっかいです。感染症の予防対策の基本は、石けんでの手洗い、咳エチケット（マスク着用を含む）、換気などです。しっかり実践しましょう。睡眠・栄養も大切です。



フカフコもカゼもヒイデもツグケツコフガイチルヲサイカフニフネルヲデモウ

onちゃんと学ぼう！～がん教育～

日本人の二人に一人が罹患するというがんを、on ちゃんたちがとてもわかりやすく解説している動画を紹介します。是非一度見てください。

- 1 時間目「がんってなんだ？」（11 分） 2 時間目「家族ががんになったら？」（10 分）
3 時間目「自分ががんになったら？」（9 分） です。



（1 時間目）



（2 時間目）



（3 時間目）

ホホネツトノヲデワルルデワスルコトヲコトモツグコノガツノコトノイノチガイナモウツカフ



調理員さんが変わりました



みなさんのために、毎日の美味しい給食を作ってくださる調理員の方々が、4 月から新しくなりました。お二人とも、調理員歴は 20 年以上だそうです。

札工生の印象を聞いてみたところ、ハキハキしている、注文をしてくれる（大盛りで、少なめでとか）、あいさつをしてくれる（ごちそうさまでした、おいしかったです）、元気がいい、とのことでした。

お二人は、少ない予算でたくさんの工夫をして、毎日の献立を考えてくれています。みなさんは、感謝の気持ちを込めた挨拶を、今後も大切にしてください。