



日立北高保健通信

HOLOS

R7.2

色覚検査のご案内

「色覚異常」という言葉を知っていますか？自覚がない人でも、男子の20人に1人、女子の500人に1人の割合で、色の見え方が人と異なっている場合があります。見え方はいくつかパターンがあります。

以前は小学校の健康診断の項目にありましたが、治療ができないことや日常生活にあまり支障がないとして、現在は健康診断の必須項目ではなくなりました。一方、検査がなくなってから、色覚異常の存在を知らない人が増えています。自分の色覚に異常があることに気付かずに、微妙な色の違いを判別することが求められる職業に就いてから苦勞するケースもあると指摘されるようになりました。

詳細は、日本眼科医会のホームページ等を検索してみてください。

保健室でも、簡易の色覚検査（石原式）が受けられます。検査を希望する場合は、下記の申込用紙に保護者捺印の上、担任または保健室へ提出してください。随時実施します、色覚の検査は個別の検査になるため、検査日時は調整の上連絡します。

公益社団法人 日本眼科医会「色覚関連情報」

<https://www.gankaikai.or.jp/colorvision/>



色覚異常で困難を生じる

可能性のある職種例

- 航空機パイロット・航海士
 - 警察官・救急救命士・看護師
 - 歯科技工士・獣医師・美容師
 - 商業デザイナー など
- 制限は緩和に向けて見直しが行われています。地域によって異なることもあるので、その都度確認することが必要です。



キリトリ

簡易色覚検査 申込書

R7年 月 日

色覚のスクリーニング検査を希望します。

年 組 番 生徒氏名 _____

保護者氏名 _____ 印

(以下は切り取らずに提出すること)

保護者殿

茨城県立日立北高等学校 保健室

色覚簡易検査結果のお知らせ

年 組 氏名 _____

簡易検査の結果

- 1 異常を認めません
- 2 異常を認めたため、眼科専門医への受診をお勧めします

不要不急の救急搬送 選定療養費徴収開始

茨城県の救急搬送件数は過去最多を更新し、その6割以上が大病院に集中しています。しかし、うち半数は軽症であり、救急医療現場が今後さらにひっ迫すれば、真に救急医療を必要とする人の命が救えなくなる事態も懸念されています。このため、茨城県では、**救急車を呼んだ時の緊急性が認められない場合のみ**、対象となる病院において**選定療養費**を徴収することになりました。

★明らかに緊急性が認められない例

①軽い切り傷のみ ②軽い擦り傷のみ

救急車の
有料化

詳しくは、こちらから→



スクールカウンセリング の活用

日常生活、学習、進路のこと
友だちや家族のこと
1人では解決困難なこと
生徒・保護者・教職員
誰もが利用可能

2/10、17（最終）

に学校心理士が来校予定です。
完全予約制となっています。

興味がある人は保健室・担任まで
お知らせ下さい。
生活のヒントをもらいに
行きましょう！

令和6年12月2日より、救急車要請時に明らかに緊急性が認められない場合や、緊急性が低い症状の場合には、県内22の大病院において選定療養費*が徴収されるようになりました。
*平成28年度～ 紹介状を持たずに大病院を受診する場合に一定の負担（選定療養費）を患者に求めることが義務化

救急車による搬送が必要な緊急性のある症状については、選定療養費は徴収されないで、緊急の場合は、ためらわずに救急車を要請してください。

救急車を呼ぶべきか判断に迷ったら・・・



茨城県 救急電話相談

下記でつながらないとき
080-5445-2856

おとな(15歳以上)

子ども(15歳未満)

7 1 1 9

8 0 0 0

いつも 心 に持っておう

自分だけの キブンスイッチ

なんだかモヤモヤする△

なんとなく調子が出ない△

ちょっとしたことでイラっとする△

自分の心からの小さなストレスサインに気づいたら、セルフケアのチャンス。気分を切り替えるための行動（スイッチ）を、あらかじめ決めておくのがオススメです。

例えば…

深呼吸する

目を閉じて数を数える

換気をする

冷たい水を飲む

ストレッチをする

イライラを紙に書いて破る

セルフケアだけではすっきりしないときは、保健室でも話を聞きますよ。

気持ちいいと
思うことなら
なんでもOK!



1月の保健室利用状況をお知らせします。毎日3食バランスよい食事を摂ろう。

怪我 13件、病気 53件、相談 7件、その他 2件 / 1年生 30名、2年生 30名、3年生 15名