

ほけんだより 4月

津島市立暁中学校 保健室
令和2年4月7日

1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2・3年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しい1年がスタートしました。今年度も笑顔あふれる素敵な1年にしたいですね。毎日、みなさんの元気な姿が見られることを楽しみにしています。

4月の保健目標
自分の身体を知ろう

保健室のきまり

保健室は暁中学校のみなさんのための保健室です。以下のルールを守って正しく利用してください。



来室するまで

- 担任や授業の先生、学年の先生に伝えてから来室してください。
- できるだけ休み時間に来室してください。
(授業中に来室する場合は、必ず授業の先生に申し出てください。)
- 付き添いの人は、調子の悪い人を保健室へ連れてきたら、教室へ戻りましょう。
(付き添いは1人まで)
- 保健室に保健の先生が不在の時は、職員室にいる先生に声をかけてください。

来室してから

- 保健室への入室・退室時は、あいさつをしましょう。
- 自分の症状や、けがの原因をはっきり説明してください。
(いつ・どこで・何をしていた・どこが・どうなったのかを教えてください。)
- 保健室を利用できるのは1日1時間までです。
- 1時間休養しても教室へ戻れない場合は、保護者に連絡して早退になります。
- 休養している人のことも考えて、静かに利用してください。
- 相談をしたいことがある人、話を聞いてほしい人は声をかけてください。
- 保健室にあるものは、勝手に触らないでください。



検診などで
お世話になる
校医の先生方

学校医 内科 平井 雅也 先生
佐藤 隆一 先生
耳鼻科 多湖 千晃 先生
眼科 佐久間 雅史 先生

学校歯科医 石垣 光敏 先生
井桁 清和 先生
学校薬剤師 鬼頭 亨 先生

健康観察表の活用について (新型コロナウイルス感染症対応用)

別紙「学校再開時の新型コロナウイルス感染症への対応について」でお知らせしました通り、健康観察表を活用して毎日の体調管理をお願いいたします。起床後、必ず検温と健康観察を行い、【記入例】を参考にして記入していただき、登校後、担任に提出してください。

※ 臨時休業中(4月8日(水)～4月17日(金))についてもご家庭で記入してください。

【記入例】

平熱も忘れずに記入してください!

月日	朝の体温 【平熱 . °C】	健康状態 (該当するところに○をつけてください)	保護者 サイン	担任 サイン	備考
4/7 (火)	36.6 °C	良好 せき 発熱 頭痛 息苦しい だるい その他 ()	暁		
4/8 (水)	37.5 °C	良好 せき 発熱 頭痛 息苦しい だるい その他 ()	暁		

※ 発熱等の風邪の症状が見られる場合は、無理をせず自宅で休養してください。

定期健康診断についてのお知らせ

4月8日(水)～4月19日(日)までの臨時休業に伴い、毎年4月から行っている定期健康診断の日程が未定となっております。日程や提出物等の詳細については、学校再開後、ご連絡させていただきます。

保護者の方へ <保健関係提出物について>

今年度より、健康管理カードや健康診断の事前アンケート・結果など、個人情報の記載された保健関係書類の配付・提出には『保健連絡袋(3年間継続して使用します)』を使用します。以下の書類を記入していただき、保健連絡袋に入れて提出してください。学年によって提出物が異なりますので、お間違えのないようにお願いします。

<1年生>

- 家庭環境調査票
- 健康管理カード
- スポーツ振興センター
加入「同意書」

<2年生>

- 家庭環境調査票
- 健康管理カード

<3年生>

- 家庭環境調査票
- 健康管理カード

* 4月20日(月)に担任へ提出してください。

新型コロナウイルス感染症予防のために

◎ 新型コロナウイルスとは

人に感染する「コロナウイルス」は、7種類見つかっており、その中の一つが、昨年12月以降に問題となっている、いわゆる「新型コロナウイルス（SARS-CoV2）」です。感染者の飛沫（くしゃみ・咳（せき）・つば など）と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染する「飛沫感染」、感染者がくしゃみや咳を押さえた手（ウイルスがついた手）で触れた物（ドアノブ・手すり・スイッチ など）に接触することで未感染者の手にウイルスが付着して感染する「接触感染」の2つの感染経路があります。70%以上のアルコール消毒などで感染力を失うことが知られています。

◎ 学校での感染・集団感染を防ぐために

右の資料を参考に、**手洗い**や**咳エチケット**など、基本的な感染症対策を徹底してください。また、免疫力を高めるため、**十分な睡眠**、**適度な運動**や**バランスのとれた食事**を心がけてください。登校前には必ず**検温**と**健康観察**を行い、結果を健康観察表（別紙）に記入していただくようお願いします。**発熱等の風邪の症状がみられるときは、無理をせずに自宅で休養してください。**

学校では、原則37.5度以上の発熱がある場合に早退の対応をとっていますが、**強いだるさ（倦怠感）がある場合やひどく咳が出る場合など発熱の症状がない場合にも早退の対応をとることがあります。**ご理解いただきますようお願いいたします。

◎ 感染が疑われる時は

- 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日（基礎疾患がある人は2日程度）以上続く場合
- ※ 解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます。
- 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合

「帰国者・接触者相談センター」に相談して、適切な指示を受けてください。

- 新型コロナウイルスに感染していることが判明した場合
- 保健所が実施する新型コロナウイルスの感染を確認する検査の対象になった場合
- 新型コロナウイルスに感染している疑いがあるとして、保健所から自宅待機や健康観察の要請を受けた場合
- お子様以外にも、同居のご家族が新型コロナウイルスに感染しているおそれがある場合

速やかに学校へ連絡してください。出席停止の措置を講じることがあります。

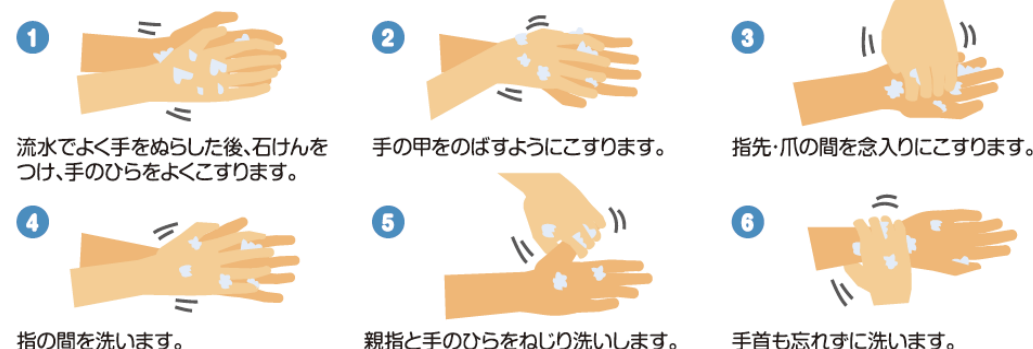
！ 感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、**「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」**です。

① 手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

② 咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやるう



正しいマスクの着用



帰国者・接触者相談センターは、以下のホームページで確認できます。

○ 愛知県健康対策課

<http://www.pref.aichi.jp/soshiki/kenkotaisaku/novel-coronavirus.html#kikokusha>