保健だより

令和３年４月１２日
安田中学校 保健室

新年度がスタートしましたね。新しい学年、新しい友達…。たくさんの新しいに出会うみなさんはわくわくドキドキ、心が忙しい毎日ではないでしょうか？早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。保健室からもみなさんを応援しています。

健康診断･･･身だしなみもしっかり準備

●歯をみがく

●爪を切る

●お風呂に入る

●清潔な服装

●前髪をとめる

●低い位置で結ぶ

保健調査票は１３日までに提出

月　日	検診名と該当学年
4/23(金)	内科、結核検診 3-1、1 年
4/30(金)	内科、結核検診 3-2、2 年
5/12(水)	尿検査　全校
5/19(水)	耳鼻科検診　全校
5/20(木)	心臓検診　1 年
5/21(金)	歯科検診　全校
5/26(水)	尿二次検査　必要者
6/21(月)	眼科検診　全校

保健室で「できる？」「できない？」○・×

学校生活にはさまざまなルールがありますが、保健室にも同様に約束ごととして「できること」と「できないこと」があります。しっかり守って利用してください。

けがの応急処置
「すり傷・切り傷は流水で洗う」など、できるところまでは自分で処置を。

体調不良時の一時休養
少し休んで体調が戻らない場合は、保護者の方に連絡して早退になります。

悩みごとの相談
「保健室と関係ないかも･･･」ということでも大丈夫。気軽に話してみてください。

体・心に関する学習
わかりやすい本や雑誌を紹介します。

×

継続的な手当て
応急処置以降の治療については医療機関を受診し、医師の指示に従いましょう。

内服薬の提供
かぜ薬や胃腸薬なども NG。必要な薬があれば相談してください。

保護者の方へ　～災害給付制度について～

お子さんが「学校管理下」でけがなどを負った際に振興センターから給付金が支払われる制度です。負傷（捻挫、骨折など）や疾病（熱中症など）では、原則的に初診から治癒まで原則的に初診から治癒までの医療費総額が 5000 円以上（本人負担分 1500 円以上）の場合に給付対象となります。

なお、申請の際には受診した医療機関による証明が必要です。また、 お子さんのけが、病気については、欠席・遅刻や医療機関への受診状況等も含め、なるべく早めに学校までお知らせくださいますようお願いいたします。

わたしたち一人ひとりができる感染予防

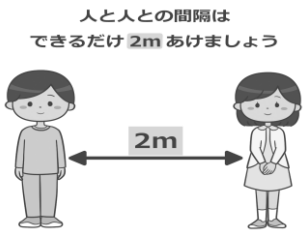
～コロナウィルス感染対策を継続中～

１朝、自宅での検温のお願い

登校前に自宅で検温を実施し、毎日学校で記入してください。

２手洗い、マスク着用

石けんをつけて、しっかり手洗いをする。
マスクを着用する。（感染経路を断つため）



３換気

密閉した室内の状態を作らない。

＊１時間に１回、５分から１０分程度、二方向から室内の換気をする。

＊学校では少しずつ窓を開けたまま授業があるので、寒い日は衣服の調節ができるよう各自準備する。

４栄養と休養取り、免疫力を高めておく

十分な睡眠、バランスよい食事、適度な運動を心がける。
遅くても午後１１時までには眠るようにしましょう。適度な運動も免疫力アップに効果的です！

保護者の皆様へ（お願い）

○毎朝、自宅での体温測定し、学校で生徒が記録をします。

○朝の欠席連絡は、感染症対策のために発熱の程度や頭痛、腹痛などをできるだけわかりやすく伝えていただけるようにお願いします。

○毎朝の健康観察を行い「登校前に早退が必要かも・・・」と思われる場合は、欠席させる等、ご家庭での判断をお願いします。

○発熱や風邪の症状、倦怠感、息苦しさ等の症状があるときは早退となりますので、日中、学校からの連絡が必ずとれる状態にしてください。

○早退の場合は、お子様を長時間学校内に留めておくことができないため、早退連絡を受けましたら、なるべく早めに学校へ迎えに来られる体制を整えてくださるようお願いいたします。