

保健だより 4月

日出学園中学校・高等学校 No.201

新入生のみなさん、入学おめでとうございます！在校生のみなさん、進級おめでとうございます！新年度がスタートしてから1週間程が経ちますが、新しい友達や先生、新しい生活や環境などと、沢山の「新しい」に出会い、心も身体も忙しい毎日を送っているのではないのでしょうか。早く慣れようと焦ってしまうこともあるかと思いますが、自分のペースで大丈夫です。少しずつ日出学園での学校生活に慣れていきましょう。

新型コロナウイルス感染症においては、まだまだ油断はできません。一人一人が感染症対策を徹底していくことが重要です。集団生活を送っていることを自覚して、責任ある行動をとりましょう。裏面を参考にしてみてください。

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ね。



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。オススメ本の情報も随時募集中です！



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。必要な薬は各自で持参・管理してください。

こんにちは！私たちは保健室の養護教諭です！

のぐち まりあ
・野口 満里亜

みなさんが充実した学校生活を送れるようにサポートします。

さいとう みほ
・齋藤 美保

気になることや心配なことがあれば相談しにきてください。



校内のAEDは

・中高保健室前
・小学校保健室前にあります！！

健康診断・はじまります

～ 4月の健康診断日程 ～

日にち	対象	内容	日にち	対象	内容
9日	3・6年	耳鼻科検診(実施済)	21日	3年・4-5・6-5	歯科検診
15日	全学年	尿検査	22日	5年	歯科検診
16日	1・4年	耳鼻科検診		1・4年	眼科検診
	全学年 (前日未提出者)	尿検査	27日	4-1・4-2 4-3・4-4	歯科検診
20日	1・4年	心電図検査	28日	全学年	身体測定
	4年	胸部レントゲン検査			

健康診断の目的は？

- ・身体の発育発達の様子や健康状態を調べる
- ・病気や異常を早期に発見し、早期治療につなげる
- ・自分の身体を知り、関心をもつきっかけになる
- ・健康になるための課題(健康目標)に取り組む

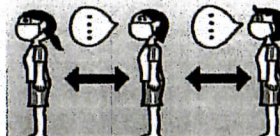
学校の健康診断は、みなさんの「いま」のチェックはもちろん、将来にわたって健康に過ごすための方法や大事なポイントを学ぶ場でもあるのです。

～今年度も感染症対策を徹底して実施します！～

協力してほしいこと

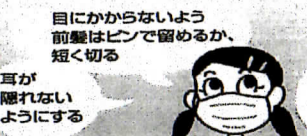
- ・発熱など風邪症状のある人は、登校をしていないと思いますが、登校後に同様の症状がある人も検診を受けることができません。
- ・検診前後の移動・待機中は会話を控え、誘導する教員の指示に従ってください。
- ・体育の時間に検診予定のクラスは、必ずマスクを携帯しておいてください。

順番待ちの際は
おしゃべりをせず、
間隔をあけて並ぶ



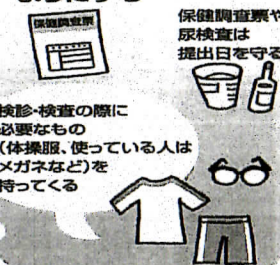
キーフ・ディスタンス！

髪が長い人は、
検診・検査の邪魔に
ならない髪型にしておく



髪は低い位置で結ぶ
(×おだんご、×ポニーテール)

忘れ物をしない
ようにする



検診・検査の際に
必要なもの
(体操服、使っている人は
メガネなど)を持ってくる

～ 今年度 お世話になる校医の先生方の紹介 ～

中学校内科 鈴木 健 先生

高校内科 上白土 洋俊 先生

中高耳鼻科 星 慎一 先生

中高眼科 津山 弥生 先生

中高歯科 東京歯科大学市川総合病院 歯科医の先生方

【 新年度も新型コロナウイルス感染症対策 】

新型コロナウイルス感染症については、現在、大阪府では「第4波」が来ていると連日ニュースで取り上げられています。東京都でも新規感染者数や変異型ウイルスの感染者が少しずつ増えてきています。4月12日より5月11日まで東京都の対象区域においては「まん延防止等重点措置」が適応されることとなりました。

気持ちを新たに新年度はスタートしていますが、新型コロナウイルス感染症対策は継続してください。新しい生活様式をとりいれた「with コロナ」の考え方は、1人1人が感染対策を守ってこそ成り立ちます。

今年度ご理解・ご協力をお願いします。

NEW 新年度から昼食時間を再開します！！

昨年度の3学期は昼食なしの短縮授業でしたが、新年度より昼食時間をとることになりました。昼食をとるということは、マスクを外すということです。

飲食の場では感染のリスクが高いといわれ続けています。みなさんの協力なしでは成り立ちません。

なぜマスクや手洗い、咳エチケットをするのか、また、なぜ密を避けるのか、身体的距離を取るのか、一人一人が感染対策の意味をよく考え、きちんと理解して、責任のある行動をしましょう。

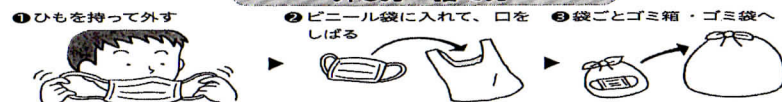
- ① 食事前は必ず手を洗ってください。
- ② 昼食中は会話をせず、向き合って食べない。
- ③ 飲み物の回し飲みや、食べ物の回し食べはしない。
- ④ 学校からお知らせのあった購買の販売時間や食事時間を守る。
 - ・ 食事時間 12:35～12:45(授業間休みは食事禁止)
 - ・ 中学販売時間 10:25～10:35、11:25～11:35
 - ・ 高校販売時間 12:25～12:35
- ⑤ 常時換気を行い、なるべく前後左右1m以上の距離を取る。

おさらいしよう！マスクの使い方

着け方（一般的な不織布マスク）



外し方・捨て方



— 協力してほしいこと —

- ① 毎日の検温・健康観察の入力は自宅を出る前に行ってください。
- ② 自宅を出る時から帰宅時まで常時マスクを着用してください。
- ③ 常時、教室の換気を行い、三密を避け、身体的距離をとってください。
- ④ 体調に少しでも変化があれば無理せずに登校を控えてください。
※発熱でお休みした時は、その日の夜と翌朝の体温が平熱くらいまで解熱している場合のみ登校可能です。
- ⑤ 保健室を利用する場合は入室せず保健室前で受付を済ませてください。
1) 保健室前に来たら、手指用アルコール消毒液で手の消毒をしてください。
2) 内科または外科の来室カードの記入をし、養護教諭に声をかけてください。
- ⑥ 内科(体調不良)と外科(ケガ・鼻血など)の対応スペースを分けるので、指示に従って入室してください。
1) 内科は問診・非接触型体温計の測定値により対応スペースが異なります。
2) 外科は基本的には保健室前の廊下の対応スペースで対応をします。
- ⑦ 養護教諭が必要と判断した場合に最大1時間まで保健室での休養を可能とします。
1) 持病がある場合や、当日の朝は体調が良かったのに、突然、校内で体調不良になった場合は、決して無理をせず申し出てください。
- ⑧ 37.0℃以上の発熱など新型コロナウイルス感染症を疑うような症状を訴える場合は早退となります。
1) 37.0℃に満たない場合でも症状によっては早退となる場合があります。
2) 早退となる場合は、ご自宅もしくは緊急連絡先に連絡をいたします。早退時は、可能な限り公共交通機関を利用しない方法で保護者様にお迎えに来ていただきたいと考えております。

～ 保健関係書類について ～

- 感染症もしくは疑いなどで欠席した場合は各種提出書類の中から該当するものをご提出ください。その際、下記(2)～(4)は必ず保護者様にご記入・捺印をしていただきますようお願いいたします。
- (1) 登校許可書（感染性胃腸炎・百日咳・溶連菌感染症などの感染症の場合）
- (2) インフルエンザにおける療養報告書
- (3) 新型コロナウイルス感染症における療養報告書
- (4) 新型コロナウイルス濃厚接触者報告書

○ 書類のダウンロード方法

「中高ホームページ → 在校生・保護者の皆様 → 申請書ダウンロード」の順に進むと印刷ができます。登校再開日に必ず提出をお願いいたします。

注意点

※新型コロナウイルス感染症における療養報告書は、単日、連日の場合は1枚の用紙でご提出ください。複数日欠席がある場合で間に登校した日があれば、用紙を分けてご提出ください。