



新型コロナウイルス感染症の取扱いが変わりました。

マチコミや文書等で、すでにお知らせをしていますが、以下のことについて、再度確認をしましょう。

○感染時の出席停止の取扱い

新型コロナウイルス感染症への感染が確認された生徒については、出席停止になります。出席停止後登校するにあたっては、これまで書類の提出を求めていませんでしたが、今後は「出席停止のお知らせ兼登校届」を記載していただき、担任に提出をお願いします。様式は、本校ホームページ「保健室より」に掲載しています。

※出席停止の期間:発症した後、5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで

○体調管理

普段と異なる症状がある場合等には、自宅で休養することが重要です。無理をして登校せず受診をしてください。なお、症状があっても新型コロナウイルス感染症への感染が確認されない場合は出席停止扱いとはなりません。

西高生が考える 今後の感染症対策について…

新型コロナウイルス感染症の分類が変わり、社会や学校でも様々な変化がありました。西高生はどう感じているのでしょうか。保健委員の生徒が意見交換を行いました。



マスクを外す人が増えました。相手の表情が分かりやすくなり、笑顔が増えたり、コミュニケーションがとりやすくなるので、今まで以上に明るくなっていると感じます。

今までは日常生活の中で原則としてマスクの着用が求められていたけど、個人の選択を尊重しマスクを外し、相手の表情を見ながら会話ができるので良かったと感じます。

分類が引き下がり、数年前の生活に戻れることに期待を感じています。

イベントや飲食店などの制限が解除されたり、マスクの着用が完全に個人の判断に委ねられたので楽しいことは増えますが、だからこそ、その場面で自分で考え、できる対策は継続していくことが大切だと思います。

他県では、インフルエンザの集団感染等の事例もあります。自分の体調や生活様式、周囲の感染状況に応じて、自分で考え、必要な感染防止対策を心がけるようにしましょう。



生徒保健委員会の活動がスタートしました

今年度も、生徒保健委員 42 名が運営連絡班・感染症対策班・健康課題調査班・広報班に分かれて、様々な角度から西高生の健康への意識を高める活動を行っていきます。どうぞよろしくお願いします。

- ★4～5月に、感染症対策班が週に1回、感染症対策についての校内放送を行いました。
 - ★健康課題調査班がライフスタイル自己点検アンケート結果(4月実施)の考察をしました。
- 保健だより6月号に掲載予定です。楽しみに！



ちから 「相談力」も大切な“力”です

悩みがあったり、落ち込んだり、気分がもやもやするとき、どうしていますか？
自分で解決法を考えついたり、自分なりの方法でモヤモヤを解消できれば OK！
でももし、いつまでもクヨクヨ考えたり、落ち込みから抜け出せないときは
「相談力」を発揮してはどうでしょう？

一人で悩まないで



・どう相談したらいいかわからないときは

話しかけやすい人は誰ですか？親身に聞いてくれる人がきつというはず。
切り出しにくいときはなんでもない話から始めるといいかもしれません。

これからいろんな経験を積み重ねていくみなさんには「相談力」も大切に育ててほしい“力”です。学校にも相談室や保健室など相談ができる場所があります。心や体のことなど、相談したいことや、困ったことがあったら気軽に相談に来てくださいね。

健康診断結果についてのお知らせ

4月から健康診断が行われています。専門医受診が必要な人には、検診が終了した学年から、順次、個別に結果をお渡しています。

*身体計測等の結果一覧は、7月の個人懇談の際に担任からお渡しする予定です。



「受診のおすすめ」をもらったら

こんなふうに思っていますか？

痛いのは嫌だ



重い病気が見つかったらどうしよう…

めんどくさい

病気は早く見つけて、早く治療することがとても大切です。

できるだけ早く病院でみてもらいましょう。



● 保健室からつぶやき ●

◇高校総体や様々な部活の大会がある部活も多いのではないのでしょうか。

しっかりと体調管理を行って、みなさんが頑張ってきた成果を存分に発揮できますように…



◇先日 5 月 17 日に、鳥取県における今年度第一回目の熱中症警報が発令されました。
水分補給や規則正しい生活習慣を行うなど、熱中症予防に気をつけていきましょう。



◇毎朝の健康観察の徹底をお願いします。保健室でもみなさんが入力した健康観察フォームを確認しています。
1・2年生は、毎朝健康観察フォームに必ず入力をしてください。3年生は、SHR で健康観察をお願いします。

◇尿検査を 5 月 23 日、24 日に行いました。

まだ提出できていない人は、次回 6 月 7 日、8 日に必ず提出してください。