

新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、全国に緊急事態宣言が発令され、休校措置が続いています。日本国内においても毎日感染者が増加し、若者にも感染が広がっています。私たちは、感染が広がらないように、一人ひとり責任ある行動をとらなければなりません。気を緩めることなく、感染防止のためにみんなで取り組みましょう。

一人ひとりができる感染症対策

◎うつらない、うつさないために。日々の体調を自分でチェックしましょう。

① 毎日の検温と健康観察

フォーサイトに貼った記録用紙に毎日体温を測定して、記録をつけましょう！



- ☐ 熱はないか
- ☐ 咳はでていないか
- ☐ その他の症状はないか
(だるさなど)



③ 石けんによる手洗い

石けんをよく泡立てて、30秒以上洗う（「ハッピーバースデー」や「もしもしかめよ」の歌を2回歌うとちょうど良い）。帰宅時、食事前など、こまめに丁寧に洗う。

- *手を洗えない場合は、アルコール消毒を使用する。
- *必ずハンカチを持参する。

② マスクの着用

コロナウイルスの感染経路は飛沫感染や接触感染です。飛沫防止のため、通学时（特に汽車通学）や学校生活全般では着用しましょう。



④ 規則正しい生活習慣

規則正しく早寝早起きをするとも免疫力が上がります。朝食は、1日元気に過ごすためのエネルギーです。しっかり朝ご飯をとりましょう。



⑤ 3つの「密」を避ける

密室空間

- ・教室の窓を少しずつ開ける
- ・授業後は、窓を全開にする



密集場所

- ・不要不急の外出を避ける



密接場面

- ・人との距離を保つ
(ソーシャルディスタンス)
★2mが最適です。

新型コロナウイルス感染症による影響で、健康診断の日程が変更になる可能性があります。
また、健康診断は6月1日以降の実施になります。日程は、以下の通りです。

定期健康診断 日程（変更の可能性あり）

6月9日（火）～11日（木）	尿検査（全学年）
6月4日（木）	歯科検診（1年）
6月9日（火）	内科検診（3年）
6月10日（水）	内科検診（3年）
	心と体の健康相談（希望者）
6月11日（木）	内科検診（2年）
6月16日（火）	内科検診（2年）
6月17日（水）	内科検診（1年）
6月18日（木）	歯科検診（2年）
	眼科検診（問診抽出）
7月2日（木）	歯科検診（1年）
7月8日（水）	内科検診（1年）
7月9日（木）	歯科検診（3年）

今年度お世話になる先生方

学校医	岸	良光	先生
学校医	岸本	昌宏	先生
学校医	宮崎	義則	先生
学校歯科医	小濱	裕幸	先生
学校歯科医	名倉	秀	先生
学校歯科医	八幡	真司	先生
学校薬剤師	森田	洋午	先生

学校保健について色々
関わってくださいます。



定期健康診断の結果、受診が必要な場合は、通知します。受診後結果を学校にお知らせください。受診の必要がない場合は、「家庭連絡票」で一括してお知らせします。

病気があつたら健康じゃない？



健康って、病気がないこと？ それは少しちがいます。健康には、からだの健康、心の健康、そして社会的な健康と、いろいろな面があります。この3つのバランスはとても大切。

たとえば病気や障害があるためにできないことがあっても、できることをせいいっぱいやって、楽しめている人は健康ですね。そうしてまわ

りの人といろいろな関わりをもていたら、それは社会的にも健康だということです。

健康診断が始まっています。もし病気が見つかったも、何もなくても、「健康って何？」と考えるきっかけになればいいなと思います。



保健室では、皆さんが元気に過ごすための基本となる「心と身体の健康づくり」をサポートしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

