

ほけんだより 4月

河瀬中学・高校のみなさん、入学・進級おめでとうございます。
4月初めから体調を崩さないよう、よく食べよく寝て、自分のペースを見失わないように気を付けてください。保健室は、みなさんが心身ともに健康な学校生活を送れるようにサポートしていきます。素敵な1年間にいきましょう♪
また、本校における新型コロナウイルス感染防止対策へのご理解ご協力をお願いします。

みんなの保健室 ルールやマナーを守って利用しましょう

| | | |
|---|---|---|
| <p>ケガの応急手当や 具合が悪い時の一時休養に</p> | <p>体や心の健康について 知りたい時・調べたい時</p> | <p>悩みを抱えている時</p> |
| <p>できるかぎり 先生に 断ってから利用します</p> <p>おながいな</p> | <p>他の人の迷惑にならない ように 静かに入ります</p> <p>そ〜。</p> | <p>保健室にあるものは 一声かけてから使います</p> <p>はかし まへす</p> |

保健室ではこんなことはできません

| | | |
|-------------------------|--|---|
| <p>内服薬は あげられません</p> | <p>先生、 とりかえて〜</p> <p>継続した手当では できません (治療は病院へ)</p> | <p>長時間の休養は できません (休養は原則1時間)</p> |
|-------------------------|--|---|

保健室は、学校でけがをしたときに応急処置を行った、具合が悪い時に一時的に休んだりするところです。病院ではないので、薬を出したり治療したりはできません。

これからの保健行事予定

- 4月 ※時間割の関係で未定の部分があります。
- 9日(金) 身体測定(中1・高1)
 - 12日(月) 校医健診(高3...3クラス)
 - 13日(火)14日(水) 検尿1次(12日に容器等配付)
 - 15日(木) 校医健診(高3...3クラス)
 - 19日(月) 校医健診(高2...4クラス)
 - 21日(水) 心電図検査(中1・高1はレントゲンも)
 - 22日(木) 歯科健診(高3・高2...1クラス)
 - 23日(金) 校医健診(中2・3)
 - 30日(金) 校医健診(中1・高1・2...各1クラス)
- 5月
- 6日(木) 歯科健診(中1~3・高2...1クラス)
 - 13日(木) 歯科健診(高1・高2...3クラス)
 - 27日(木) 校医健診(高1...4クラス)
- 6月
- 1日(火)2日(水) 検尿2次(対象者のみ)



保健室の先生の紹介

中学養護教諭 オガワ 小川 のぞみ
 高校養護教諭 ナカヤマ 中山 依子
 教育相談・特別支援 ヒロタ 廣田 耕一郎(英語)
 スクールカウンセラー ヤマモト 山本 真司

1年間よろしくお祈いします♪

【学校医の先生方の紹介】

学校医 徳田 康孝先生(徳田医院) 中塚 貴之先生(なかつか内科医院)
 学校歯科医 堀口 徹先生(堀口歯科医院) 北村 佳也先生(北村歯科医院)
 学校薬剤師 大隅 千景先生(さくら薬局)

保健室からのお知らせ

春休み中に部活や登下校でけがをして病院に行った人は、保健室まで連絡してください。



河瀬中高の新型コロナウイルス感染症対策

◎毎朝、自宅で検温と風邪症状の有無の確認をしてください。

検温をし忘れてきた生徒は、昇降口前の非接触体温計で測定できますが、体温計前の密を避けるため、自宅での検温を習慣化してください。

◎発熱や風邪症状がある場合は、無理せず自宅で休養させてください。

自宅休養中は、体温や症状の経過を必ず記録しておいてください。

高熱や症状がひどい場合は、まずかかりつけ医に電話で相談してください。

出欠の扱いについては、出席停止扱いとします。(後日手続きをお願いします。)

◎手洗いやうがい、マスク着用については、学校でも指導をしますが、ご家庭でも習慣づけをお願いします。

登校時・体育後・食事前・部活動後・帰宅後には、うがい・手洗いを行いましょう。

咳やくしゃみが出ない場合でも、近距離での会話や発声が必要な場面での飛沫防止のため、極力マスクを着用するようにしてください。

体育の授業や部活動、体調がすぐれない時はマスクを外してもかまいませんが、他の人と十分距離を取るようにしてください。

◎学校での健康観察は、登校時に体温や症状の有無を各自で記入してもらいます。

4月9日から健康観察を始めます。くわしくは担任から説明があります。

◎教室の常時換気を行います。

教室の対角線の窓を開けて空気が流れるようにします。休み時間には、窓を開けて換気します。寒い場合に備え、衣服などで温度調整ができるよう準備をお願いします。

◎昼食時はマスクを外すため、自席で黙食するよう指導します。

飛沫が飛ばないように、自分の席で前を向いて黙って食べましょう。

◎電気スイッチやドアの取っ手、階段の手すり等の消毒を行います。

1日1回、多くの生徒が触れる機会がある部分について消毒をしています。

※『感染が不安で休ませたい』という感染予防での欠席は、一律に『出席停止』となるわけではありません。文部科学省通知（R3.2.19）より「保護者から感染が不安で休ませたいと相談のあった児童生徒等については、生活圏において感染経路が不明な患者が急激に増えている地域で、同居家族に高齢者や基礎疾患がある者がいるなどの事情があって、他に手段がない場合など、合理的な理由があると校長が判断する場合」、出席停止扱いとなります。

朝



体温測定

風邪症状や強いだるさ、息苦しさはありませんか？

通学時



マスクをつけて乗車し、なるべく人との間隔をあける。つり革や手すり、座席などからの感染リスクを減らすため、学校に着いたら手を洗う。(消毒でもOK)

水筒・タオル持参

熱中症予防



マスク着用でマスクが上がるため、運動以外の場面でも要注意！！

体育・部活後は特に、顔や手を清潔にする。

登校後

体温記入



朝の体温と健康状態を教室の健康観察カードに記入する。

昼食時



食事前に手洗い

飛沫防止のため自分の席で食べて、会話は控える。

教室では



常時換気

温度調整できるように衣服を準備しておく。

共用を避けるため、できるだけ自分の机やイス以外使わない。