

# かがやき 4月

ご入学、進級おめでとうございます。新しい友達や先生との出会いがあり、期待と緊張でいっぱいの気持ちだと思います。これからたくさんの経験をしていく中で、時には体調をくずしたり、悩みを抱えたりすることがあるかもしれません。そんなときは、「どうすれば改善できるか」を考え、毎日を元気に過ごせるようにしたいですね。一緒に心と身体の健康づくりをしましょう！

## 保健室の利用方法

保健室はたくさんの人が利用する場所です。保健室でも新型コロナウイルス感染症対策を行っています。感染リスクをへらし、みなさんの安全を守れるよう、利用方法を守ってくださいね。

### 【保健室に来るとき】

#### ①授業中

授業の先生に伝えて、『保健室来室連絡票』をもらってから来室しましょう。

#### ②休み時間

学年の先生または次の授業の先生に伝えて、『保健室来室連絡票』をもらってから来室しましょう。

#### ③放課後

自己判断で来室しましょう。ただし、部活中にケガをしたときは、顧問の先生に報告をしてくることに！

### 【教室へもどるとき】

保健室の先生から『保健室来室連絡票』に内容を書いてもらい、授業の先生に渡しましょう。

※早退するときは、保護者の方に連絡をします。

☆ケガの手当てをしたあと、次の日からの手当てはおうちでもらってください。

☆保健室では薬をあげたり、あずかったりすることはできません。しっかり自己管理してください。

## 保健室の感染症対策

### 1. 保健室へ来る道順

- ①グラウンドに面した大きい戸から来る、
- ②ピロティーの渡りろう下から来る、
- ③しろやま教室側から来る、の3通りです。



### 2. 入口が「ケガ・相談者用」と「体調不良者用」で2ヶ所に分かれています。

相談室側のドアが「ケガ・相談用」の入口で、しろやま級側のドアが「体調不良者用」の入口です。

### 3. 熱や、かぜのような症状がある人は、早退になります。

保健室で長い時間休むことは基本的にできません。症状を聞いて、授業に戻れない場合は早退になります。

### 4. 密をさけるため、用がある人以外は保健室に来ることができません。

## 学校で安心して過ごすための感染症対策

多くの人と一緒に過ごす学校で感染症を予防するには、みなさんの協力が必要です。気をつけなければいけない日々はまだ続きます。自分にできることをしっかり行い、一緒に頑張りましょう！

### 1. 毎朝、家で検温・健康観察をする

朝の健康状態を「健康観察票」に記入し、保護者の方にサインをもらってきてください。「健康観察票」は毎日提出して、担任の先生が確認します。発熱（平熱より1℃以上）がなくても、かぜ症状がある場合は自宅でゆっくり休んでください。※登校後に発熱や、かぜ症状がある場合は早退になります。

### 2. こまめな手洗い

登校後の教室に入る前、給食の前、トイレの後、みんなで使う物にさわったあと、体育や休み時間で外から戻ってきたときは、必ず手洗いをしましょう。また、毎日清潔なハンカチやタオルを持ってきてください。

※電気のスイッチは先生が操作します。なるべくさわらないようにしましょう。

※他の人の机やイス、持ち物などにはさわらないようにしてください。

### 3. マスクの着用

近い距離で会話をするときに、咳やくしゃみなどによる感染をふせぎます。また、顔をさわらないようにして、口や鼻からの感染をふせぎます。マスクがよごれた時のために、予備のマスクも用意しましょう。

※マスクの表面にはウイルスがついているかもしれないので、さわらないようにしてください。

### 4. 自分のゴミは持ち帰る

自分で使ったマスクやティッシュ、汗ふきシートなどは教室のゴミ箱に捨てないでください。マイビニール袋を持ってきて、そこに自分のゴミを入れて持ち帰りましょう。

### 5. 教室の換気

窓を開けて換気をします。暑い日や寒い日でも、休み時間になったら窓を広く開けて、空気を入れかえをしますので協力をお願いします。



### 6. 偏見・差別をしない

体調不良の人には、気づかいの言葉をかけてあげましょう。不安な気持ちになるのは自然なことですが、それを人へ攻撃的にぶつけても、何も解決しません。不安な気持ちは保護者の方や先生へ相談したり、リラックスして気持ちをコントロールしたりしましょう。



## 健康診断が始まります！

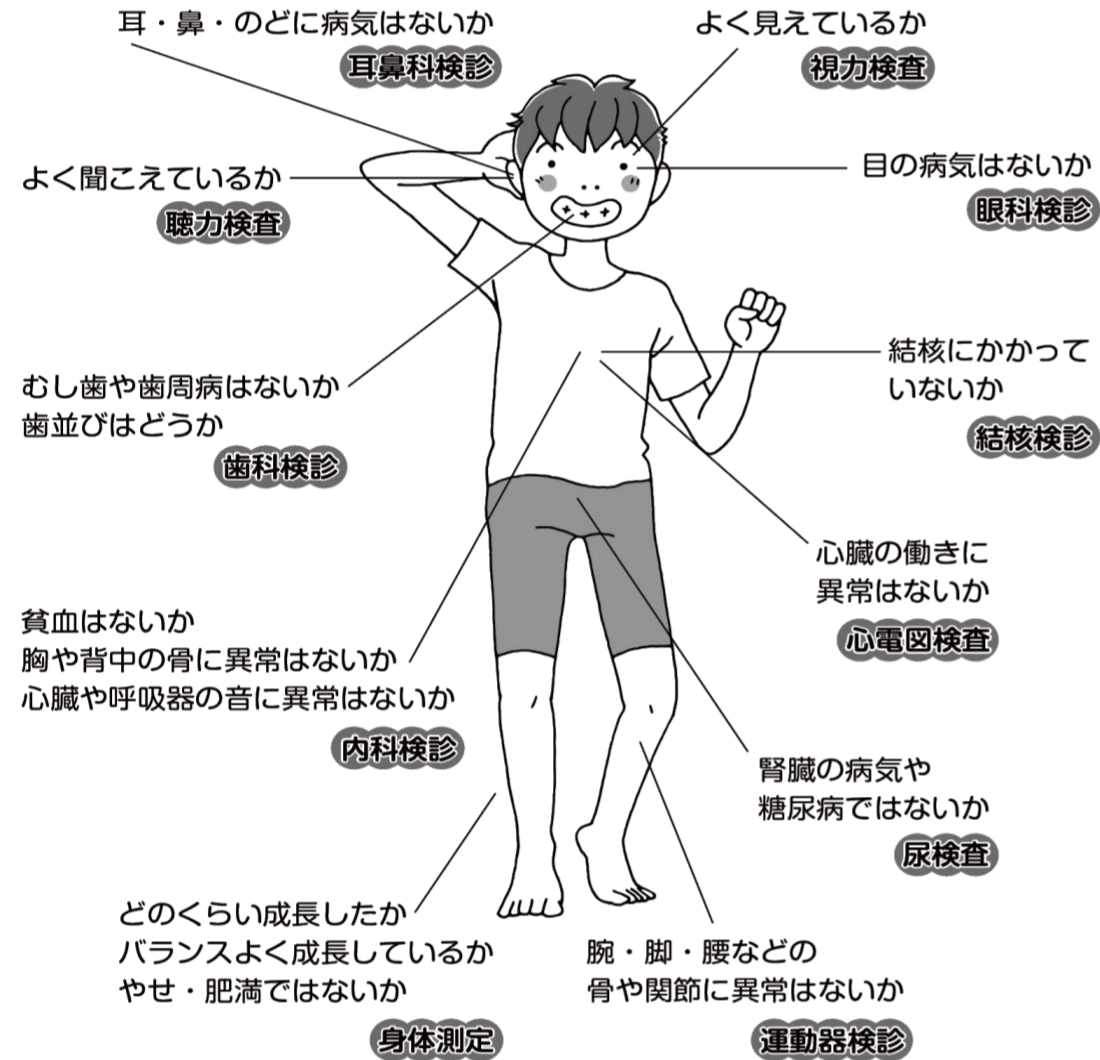
健康診断の目的は

知る 守る 育てる

知る：発育や健康の状態を知る

守る：病気や異常の早期発見で体を守る

育てる：自分の健康は自分で守る意識を育てる



<令和3年度 お世話になる学校医の先生方>

- 内科校医 大塚 敦子先生（矢吹整形外科・内科）  
中川 辰郎先生（中川内科・胃腸科クリニック）
- 歯科校医 小島 秀文先生、小島 正裕先生（小島歯科医院）
- 眼科校医 廣瀬 康子先生（広瀬病院）
- 耳鼻科校医 長井 大二先生（城山耳鼻咽喉科）
- 学校薬剤師 宇多 道子先生（まごころ調剤薬局）

## 相模丘中学校 健康診断日程表

感染症対策を行いながら実施します。学年・クラスごとに検診日が違うので、よく確認してください。また、対象の検診日の前日には「ほけんだより」を配付します。よく読んで、正しく検診を受けられるようにしましょう。

日時	検診名	対象者
4/7 (水) 1校時～3校時	身体測定 視力・聴力検査	全学年（聴力は1・3年のみ）
4/9 (金)	尿検査①	全学年 ※8：40までに提出
4/21 (水) 9：00～12：40	内科検診① (大塚Dr.)	【3年】1～5組
4/22 (木) 9：00～12：40	歯科検診①	しろやま級 【1年】1～5組、【2年】1～3組
4/28 (水)	尿検査②	二次対象者、一次未提出者 ※8：40までに提出
4/30 (金) 13：40～15：30	内科検診② (大塚Dr.)	前回欠席者 【1年】1～3組
5/6 (木) 9：00～12：40	内科検診③ (中川Dr.)	前回欠席者、しろやま級 【1年】4～5組、【2年】1～2組
5/17 (月) 13：40～	眼科検診	【1年】全員、【2・3年】対象者※1
5/18 (火) 9：00～	耳鼻科検診	【1年】全員、【2・3年】対象者※1
5/20 (木)	尿検査③	二次対象者、一次未提出者 ※8：40までに提出
5/20 (木) 9：00～12：00	歯科検診②	前回欠席者 【2年】4～5組、【3年】1～5組
6/3 (木) 13：20～15：20	心電図検査	【1年】全員、【2・3年】対象者※2
6/17 (木) 13：40～15：30	内科検診④ (中川Dr.)	前回欠席者、【2年】3～5組
未定	結核検診 (X線直接撮影)	全学年（対象者のみ）※2

※1 保健調査票により訴えのある生徒

※2 内科検診の結果、学校医により検査が必要と判断された生徒