



2022.4.7
関中学校
保健室 No.1

入学おめでとうございます

新入生のみなさん、入学おめでとうございます。希望と期待とそしてちょっぴり不安で胸がいっぱいのことでしょう。新しい制服や学校生活に慣れなくて戸惑うことも多いと思いますが、規則正しい生活を心がけましょう。

- * 学校生活に慣れるまでとても疲れと思います。早く寝るようにして明日に疲れを残さないようにしましょう。
- * 朝食は必ず食べましょう。昼食の時間が小学校に比べて遅く、平常日課では12時50分(短縮12時30分)からになります。お腹がすいて気持ち悪くなることも考えられます。1日のパワーの源ですから、しっかり食べてきましょう。



身体測定の日、体操服・メガネ(コンタクト)を忘れずに持ってきてましょう。

《 保健行事予定 》

4月11日(月) 身体測定【身長・体重・視力(全員)・聴力(1.3年生)】

1限1年 2限3年 3限2年

21日(木) 眼科検診(全学年)

21日(木) 尿検査 一次検査(全学年)

- * 健康診断の結果、詳しい検査・受診が必要な場合はご家庭にお知らせしますので、早めに専門医を受診して下さい。

校医先生の紹介



内科 高橋 好夫 先生 (高橋内科クリニック)
歯科 伊藤 裕之 先生 (伊藤歯科医院)
耳鼻科 三井 泰 先生 (三井耳鼻咽喉科医院)
眼科 後藤 肇 先生 (後藤眼科クリニック)
薬剤師 又野 やよい 先生 (かめやま調剤薬局)

保健関係の資料について

提出期限は4/8(金)まで

本日、保健関係の書類を配付させていただきました。同封のチェックリストを参考にして、該当する欄に記入もれがないように、学校へ提出してください。調査票は、検診の時に診察の参考資料とします。緊急連絡先は、お子さんのけがや病気の時にご家庭に連絡させていただくために使用します。必ず連絡のとれる番号をご記入ください。連絡先が変更する際は、すみやかに学校までお知らせください。上記の目的以外で使用することはありません。個人情報のため、保管等は十分配慮させていただきます。よろしくお願いたします。

保健室を利用する時のルール

- * できるだけ休憩時間に利用するようにしましょう。(緊急な場合は除きます。)
- * 授業は大切な時間です。授業が受けられそうか、そうでないかをよく考え利用しましょう。
- * 授業にかかる利用は、自分で次の授業の先生に許可を得て、保健室利用カードを記入してから入室しましょう。
- * 保健室で休養する時間は原則1日1時間とします。



養護の 藤嶋 志穂理 です。
どうぞよろしくお願いいたします。

保健室利用カード 太枠の中を書いて教科の先生にサインをもらってから、このカードを持って入室して下さい。

月	日	教科	時刻	:	
年	組	名前			
保健室を利用したいので許可をください					
<症状> 頭痛・腹痛・気分不快・だるい・けが() その他()					
いつから: 昨日より前から・昨日(朝・昼・夕)から・今日(朝・登校中・時間目)から					
教科担当の先生のサイン			職員室の先生のサイン(授業を休む時)		
保健室での様子		入室時刻	:	:	
内科的	かぜ 気分が悪い その他	頭痛 だるい	腹痛 疲れている	下痢 吐き気 めまい	
外科的	打撲 腰痛	鼻血	捻挫 切り傷	擦り傷 突き指 その他()	
場所:					
応急手当をして教室へ返しました。()		保健室より			
保健室でしばらく様子を見ました。					
保護者が帰校しなかつたので保護者にお迎えにきてもらい帰宅し					
体調がよくなりましたので保護者連絡し、自分で帰宅しました。					
家庭連絡してください。				担任印・サイン	

保健室では・・・

- ★ 静かに利用してください。大声で話したり、ふざけたりしないようにしましょう。体調不良の人が休んでいる時は、用がない人や緊急以外の人利用は控えてください。
- ★ 保健室内の冷蔵庫や戸棚を勝手に開けないようにしましょう。
- ★ 内服薬(飲み薬)は保健室から渡せません。必要になる可能性がある人は必ず自分のお薬を持参してください。(目薬も含む)
- ★ 保健室のホットパック・膝掛けには数に限りがあります。体調やその日の気候に合わせて、各自防寒対策をしましょう。
- ★ 忘れ物の貸し出し(体操服・制服忘れ等)はしていません。
- ★ 保健室内でルールを守れない行動が見られた場合は、退室してもらいます。

けがをした場合はあくまでも「応急処置」の範囲にとどまりますので
帰宅後は必要に応じて専門医を受診し指示を仰ぐようにしてください。



こんな病気に
かかったときは
出席停止です



インフルエンザ、百日咳、はしか、おたふくかぜ、風疹、水ぼうそう、咽頭結膜熱など、感染力が強い病気にかかったら、法律で決められた日数、学校をお休みしてもらいます(出席停止)。次登校するとき、病院で「学校感染症届出書」の記入をしてもらい、学校に提出してください。

保護者の方へ～「災害救済給付制度」について～

<加入についてのお知らせ>

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度は、お子さまが「学校の管理下」でけが等をしたときに、治療費や見舞金の給付を保護者の皆様に対して行う制度です。(⑤の別紙同意書をご覧ください。)

趣旨をご理解の上、加入同意書に記入・捺印し、担任へ提出してください。本校では全生徒に加入をお願いしております。保護者負担掛け金460円は5月の校納金と一緒に引き落としになります。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のために

○ 手洗いなど基本的なこと

外から教室等に入る時やトイレの後、給食の前後など、こまめに手を洗いましょう。また、手を拭くための清潔なタオルやハンカチを持ってきましょう。タオル・ハンカチは共有しないでください。生徒玄関や各トイレの手洗い場・各教室にはアルコール消毒液を置いてあります。学校に登校した時、トイレの後等に使ってください。日頃から、しっかり睡眠をとり、バランスのよい食事、適度な運動をして、抵抗力を高めましょう。



○ 健康観察票について

毎朝、登校前に検温をしてスマートフォンやタブレット端末を活用し、健康観察（体温や体調記録）に入力してください。忘れた場合は、学校の端末にて入力してください。土日の部活動も同様です。

○ マスク着用について

学校に来るときは、マスクを着用しましょう。忘れた場合は、保健室からお貸ししますが、数に限りがありますので、家にある場合は新しいものを返却してください。また、咳エチケットを守りましょう。

○ 換気や消毒について

基本的に常時換気を行います。廊下側の欄間は常に開けておきます。外側の窓も常に10~20cm程度開けておきましょう。寒い日は、衣服で調整しましょう。

1日に1回以上、ドアノブやスイッチなど、生徒が多く触れる部分を消毒します。



○ 部活動について

体調が悪い時は参加しないようにしましょう。また、練習前後の手洗いの徹底、定期的な換気、飲み物等を飲みわしをしないなどの感染対策をしっかりと行いましょう。部室も換気を行ってください。また、部室に長く留まらないようにしましょう。

○ 給食について

感染予防のため次のことを守りましょう。

- ・ 給食前は、必ず全員が手洗いをすること
- ・ 体調の悪い生徒は、給食当番を行わないこと
- ・ 給食当番は、必ずマスク・エプロンを着用すること
- ・ 配膳前にアルコール消毒を行うこと（アルコールに弱い生徒は除く）
- ・ 配膳中は話さないこと
- ・ 基本的に自分の配膳は、自分で行うこと。給食当番の分は最後に自分で配膳する。
- ・ 配膳が終わった生徒は席について待っていること。
- ・ 生徒の席は、授業時と同様に前向きで一定の距離をあけて食べること。



自分の体を守るため、大切な人にうつさないために、ひとりひとりがしっかりと意識し、対策しましょう。