

保健だより

三重大学教育学部附属中学校 No.3
令和2年5月19、20、22日

新型コロナウイルス感染症の流行が続いています。引き続き三密を避け、感染予防への注意が必要です。各家庭でも健康管理についてご協力をお願いします。

引き続き

感染予防に気をつけよう！

○毎朝の検温と健康チェックカードへの記入

- ・ **37.5℃以上の発熱や、風邪の症状がみられるときは、登校せず、自宅で休養してください。**その場合は、欠席とは扱いません。※花粉症の症状等、すでに治療中の症状の場合はその旨を記入してください。
 - ・ 本日改めて配付した「健康チェックカード」は、**毎朝登校時に教室前で提出**します。
 - ・ 忘れた場合は、教室には入らず、職員室前で検温とカードの記入を行います。
- ☆部活が再開した場合は、部活前にカードの下欄に記入して、顧問の先生にカードを提出します。
☆症状がある場合や、部活に参加しないときは、必ず顧問の先生に伝えましょう。

○学校での感染予防

- ・ 登校後に37.5℃以上の発熱や風邪症状がみられる場合は、他の生徒との接触を避けます。早退の措置となりますので、生徒を安全に下校させるため、原則保護者の方に迎えに来ていただくこととなります。
- ・ 登校時および給食前後等の石けん手洗い、各教室に設置したアルコールでの手指消毒をおこないます。
- ・ 基準に応じて各教室でエアコンの活用をおこないますが、同時にこまめな換気をします。

服装の工夫をして、各自で温度調節をしましょう。

- ・ 「**3密**」を避けるため、人との間隔はできるだけ2m（最低1m）空け、会話をするときにはできるだけ向かい合わないようにします。

○咳エチケット

- ・ 咳エチケットについては、できるだけ各家庭で**マスクの準備**をお願いします。マスク不足が続いているため、学校では感染予防のためのマスク配付は困難な状況となっていますので、ご了承ください。
- ※文科省から配付された布マスク等を活用して、学校内では原則マスクの着用をお願いします。

○健康的な生活習慣

- ・ バランスのとれた食事、十分な睡眠、適度な運動をがけ、抵抗力を高めましょう。
- ・ 久々の学校生活で疲れがみられる生徒もいるかもしれません。少しでも体調不良等がみられるときは、無理をせず、早めに休養しましょう。

清潔チェック！

～身だしなみを整えて清潔を保ちましょう～

爪の間は汚れがたまりやすいので、短く切ろう



手を洗ったらきれいなハンカチで手をふこう



前髪が目に入らないように短く整えよう



健康診断の予定

4月から健康診断の延期を余儀なくされていましたが、優先順位の高いものからできる範囲で進めていきます。また、聴力検査は学活・放課後等の時間を使って順次少人数でおこなっていきます。

項目	日時	注意事項
身体測定・視力検査 	5月28日(木) 午前 2, 3年 5月29日(金) 午前 1年	体操服(半そで・半ズボン)で測定します。メガネを授業中だけかけている人は持ってきましょう。コンタクトレンズの人は検査の時に言いましょう。一つ結びは避けるか、ほどきましょう。
尿検査	6月18日(木) 回収 (6月19日予備日) 二次: 7月21日	6月17日(水)に検査容器一式とお知らせを配付します。当日朝に採尿し、学校へ提出します。月経中の人は二次検査日に提出しましょう。
内科検診 (運動器検診・結核検診含む)	6月25日(木) 午後 3年 7月10日(金) 午後 2年 7月13日(月) 午後 1年	半そで体操服1枚で検診します。「保健調査」「結核検診問診票」を参考に検診をします。運動器検診は、異常が疑われる人のみ検診時に詳しく診てもらいます。各家庭で運動器のチェックをおこない、異常が疑われる場合は保健調査に記入をしてください。 ※校医と相談し、感染症予防策を検討したうえで可能な項目のみ実施します。
心電図検査	7月9日(木) 午前 1年のみ	事前に問診票を配付します。当日は体操服(半そで・半ズボン)で検査します。

<健康診断の欠席について>

感染予防の観点から、体調不良時の登校・健康診断受診は避けてください。健康診断日に受けられなかった場合は、他学年や他の附属学校園の健康診断時に受けます。(授業の時間にかかることがあります)ただし他校園でも受けることができない場合には、学校医や大学、健診業者等と相談して、学校からまたは直接保護者と受診するなど、個別に対応することとなります。

健康診断の結果について

健康診断では、異常がないかのスクリーニングをおこないます。

異常が疑われる場合には「結果のお知らせ」を渡しますので、早めに医療機関を受診し、受診結果票を切り取って学校に提出してください。

医療機関では「異常なし」「治療不要」とされる場合もありますのでご了承ください。

今年度は感染予防の観点から、6月30日までに定期健康診断をすべて終わることが困難なため、学期末に一人一人に文書にて、実施した健康診断の結果をお知らせすることを予定してします。

「心臓検診」や「尿検査(二次)」などで異常が見つかった場合には、運動制限等の治療が必要な場合があります。学校でお渡しする生活管理指導表を持って受診し、学校へ提出してください。



★いつもとは違う新年度の始まりとなり、慣れないことも多いかと思えます。健康上気になることや、心配なことがありましたら保健室にお知らせください。