

# 保健だより



三重大学教育学部附属中学校 No.1  
令和3年4月7日(水) 2、3年生



## 進級おめでとうございます!

保健室では皆さんが安心して元気に学校生活を送れるよう健康面からサポートをしていきます。体調が悪いとき、けがをしたとき、心配ごとがあるとき、健康について相談したいときには、声をかけてください。また春休み中に体調を崩したり、けがをして受診した人は教えてください。

### 健康診断の予定

項目	日時	お願い
身体測定・ 視力検査・ 聴力検査 (聴力は3年のみ)	4月12日(月) 3, 4限	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いてください。 
内科検診 (運動器検診・結核検診を含む)	4月19日(月) 午後 3年生 4月20日(火) 午後 2年生	半そで体操服1枚で検診します。「保健調査票」「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。 
歯科検診	4月30日(金) 午前	朝食後に歯みがきをしましょう。3年生から「よい歯のコンクール」の学校代表者を選びます。
尿検査	5月11日(火) ~8:50回収 (5/18予備)	5月10日(月)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。月経中の方は5/18予備日に提出しましょう。

※当日体調不良等の場合は検診を受けられません。検診日に受けられなかった場合は、他の学年や附属学校園で診てもらいます。難しい場合は学校医や業者と日時・方法を相談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。

定期健康診断終了後は、一人一人に「健康の記録」で今年度の健康診断結果をお知らせします。

「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。





# 保健関係の提出物について



本日生徒に配付した書類は家庭でよく読んでいただき、以下の書類についてボールペンで記入し、**4月13日（火）までに必ず提出**をお願いします。

- 保健調査・・・今年度の欄を確認し、変更は赤で記入し押印またはサインをしてください。
- 結核検診問診票・・・ペンで記入し保健封筒に入れて提出してください。
- ◆アレルギー調査票・・・食物アレルギーについて該当する人でまだ診断書等を  
生活管理指導表・診断書  
(該当者のみ) 出されていないは詳しく記入し、封筒に入れて提出してください。欠食を希望する人は後日配付する今年度分の欠食届の提出が必要です。

## 生徒の健康管理について

引き続き、文科省の「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル」に基づいた対応が必要です。各家庭でも健康管理についてご理解ご協力いただきますようお願いいたします。

### ○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。
- ・昨年度に続き「健康チェックカード」を家庭で記入し、**登校したらすぐ教室で提出**します。
- ・忘れた場合は教室には入らず、8:20 までに保健室前で検温とカードの記入を行います。



### ○学校での感染拡大防止策

- ・登校後に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、こまめな石けん手洗い、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。各家庭で毎日**清潔なハンカチ**を持たせてください。



### ○3密への対応

- ・密閉・密集・密接の3密となる場面や大声を出すことは避けましょう。
- ・登下校時、活動中を含め、たくさんの人が集まるとき、人との身体的な距離が十分にとれないとき、会話をするときにはマスクを着用します。
- ・各教室では基本的に常時窓を開けて換気をおこないます。**服装の工夫**をして調節してください。

### ○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。



★新しい1年が始まり、慣れないことも多いかと思います。まだまだ新型コロナウイルス感染症対策も続きます。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。