

保健だより



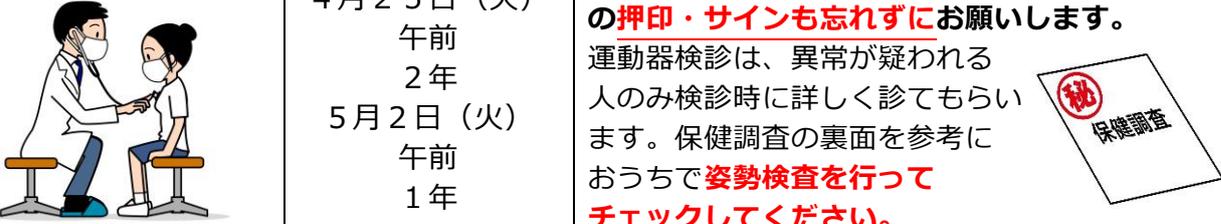
三重大学教育学部附属中学校 No.1
令和5年4月7日（金）、10日（月）



入学・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。体調が悪い時、けがをした時は授業の先生に伝えて来てください。保健室での休養は原則1時間までです。感染症対策として発熱などの風邪症状があるときにはすみやかに早退となります。無理せず早めに休みましょう。

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 (2年は聴力なし)	4月12日(水) 1限 2年 2、3限 3年 4限 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。 髪型にも注意してください。 
尿検査	4月19日(水) ～8:50回収 全学年	4月18日(火)に検査容器一式を配付します。当日朝に採尿し、登校後に学校へ提出します。出せない人は4/20か4/28かに提出しましょう。
内科検診 (運動器検診・結核検診・3年生は宿泊前検診を含む)	4月24日(月) 午前 3年 4月25日(火) 午前 2年 5月2日(火) 午前 1年	ブレザーや長袖を脱いで、シャツ・ブラウスの上から検診します。 「 保健調査票 」「 結核検診問診票 」を参考に検診をします。今年度の健康状態について記入し、表紙への 押印・サインも忘れず にお願いします。 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。保健調査の裏面を参考におうちで 姿勢検査を行ってチェックしてください。 
歯科検診	5月10日(水) 午前 全学年	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。

※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、全員に「健康診断結果のお知らせ」で結果をお知らせします。「心臓検診」や「尿検査」などで異常が見つかった場合には、運動制限等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すみやかに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記入し、**4月13日(木)までに**必ず学校へ提出をお願いします。

- 保健調査**・・・検診や日常生活において参考にするため「アレルギーについて」および「最近の健康状態について」の今年度の欄に記入してください。その他に追記や変更があれば、赤で記入してください。家庭で確認していただいたことがわかるように、必ず表紙に**押印またはサイン**をしてください。
- 結核検診問診票**・・・結核の集団感染を防ぐため、検診前に全員に対して実施します。(全学年対象) 熱や摩擦で消えないボールペンで記入し保健封筒に入れて提出してください。

学校における衛生管理について

4月1日より、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」が改訂され、マスクの着用を求めないことが基本となります。引き続き健康状態の確認や換気等の感染症対策は必要となりますので、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。

○毎朝健康状態の確認

・**発熱等の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、**朝の検温・健康状態の確認をして、健康チェックカードに記入**してください。

毎朝**登校したら、検温結果・健康状態をロイロノートに**入力します。



○学校での感染拡大防止策

・登校後に発熱等の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こまめな石けん手洗いや、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**を用意して持ってきてください。



○咳エチケットと換気の励行

・咳やくしゃみが出るときは、マスクをする、口元を覆うなどして咳エチケットを心がけましょう。

・各教室ではCO2モニターを設置し、窓を開けて換気をおこないます。**服装の工夫**をしてください。

・換気が十分でない部屋では、サーキュレーター等で空気を循環します。

○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。

・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。
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。