



今年度、保健室は養護教諭2人で皆さんの健康をサポートします

養護教諭の **大畑 有希** (おおはた ゆき) です。

北高2年目になります。4月より子育てのための短時間勤務を取らせていただくため、火・木・金の週3日、保健室にいます。

皆さんに会う時間は少なくなりますが、渡邊先生と協力しながらサポートしていきますので、相談したいときはいつでも保健室に来てくださいね。



養護教諭の **渡邊 尚子** (わたなべ なおこ) です。

初めまして。今年度、月曜日と水曜日に保健室を担当することになりました。

うん十年前に北高を卒業したOGです。うん十年ぶりに校歌を聞きましたが、歌詞をばっちり覚えていたのに自分でも驚いています。若い時の記憶はすごいですね。

月・水の週2日ですが、話したいことがあれば、いつでも声をかけてください。



保健室からのお願い



☆☆保健室を利用するときは☆☆

【利用前は…】

★原則、休み時間の利用です。授業にかかりそうな時は、休み時間に職員室へ行き、教科担当の先生もしくは担任の先生に申し出をして、保健室へ来てください。誰にも言わずに保健室へ来ることがないように！！

★内服薬は用意していません。安易に薬を服用することで病状が悪化したり、副作用も心配されるからです。服薬する必要がある人は医師の診察を受け、処方された薬を持参するようにしてください。

【利用中は…】

★応急手当を受ける時は、次のことを教えてください。

いつ → どこで → 何をしていた → どうなった → 現在の症状は？

★休養している人のことを考えて静かにしましょう。

★保健室にある物を使用するときは一言声をかけてください。

【利用後は…】

★保健室連絡票を持って退室し、授業中の場合は授業の先生へ、授業以外の時間の場合は担任の先生へカードを渡してください。





日程を確認し、しっかり準備しましょう！！
日頃から体調を整え、検診日に欠席することがないように
しましょう！体操服忘れなどにも注意してくださいね。

「いつも通り」じゃもったいない！

知っておこう 健康診断の目的

知る

学校で勉強したり、
運動したりするときに
支障がないか、調べる

学ぶ

自分の健康に
関心を持って、
健康について学習する

どれくらい成長したかを知ったり、見直す
生活習慣はないか考えるなど、健康診断を
有効に活用できるといいですね。



健康診断 スケジュール

	期日	対象	時間	備考
X線撮影	4月20日(木)	1年生	8:30~12:30	・体操服、ジャージ準備
心電図			8:30~12:00	
検尿(一次)	4月27日(木) 予備日:28日(金)	全生徒	登校直後クラスで回収	・朝読後に保健委員が保健室へ提出
身体測定・視力	4月25日(火)	全生徒		・新体力テストと同日実施 ・視力検査は自教室にて実施
耳鼻科	5月12日(金)	1年生	6校時~	・耳、鼻をきれいにしておく
内科	5月17日(水) 5月18日(木)	全生徒	5校時~	・体操服準備
聴力	日程調整中	1.3年生	調整中	・保健室で実施
検尿(二次)	5月23日(火)	該当者のみ	登校後提出	・各自保健室に持っていく
眼科	6月8日(木)	1年生	6校時~	・前髪が眼にかからないように しましょう
歯科	6月9日(金) 6月14日(水) 6月15日(木)	2年生 1年生 3年生	5校時~	・昼休みに必ず歯磨きをしておく こと

健康診断等でお世話になる先生方です。



- 学校医 今西 建夫 先生 (小江原中央病院)
- 学校医 鶴田 雅子 先生 (つるた医院)
- 学校医 佐々木 豊裕 先生 (さくら内科)
- 学校歯科医 山崎 隆夫 先生 (山崎歯科医院)
- 学校歯科医 川谷 石太郎先生 (川谷歯科医院)
- 学校薬剤師 七嶋 和孝 先生 (ななしま薬局)

~先生方、よろしくお願ひいたします~

感染症対策も新年度モードに！

新型コロナウイルス感染症については、昨年度3月中旬からマスクの着用は個人の判断になり、来月5月8日からは感染症分類もインフルエンザ相当の5類に引き下げられる予定です。

このように聞くと、「もう感染症対策は必要ない??」「マスク外したくないけど、外さなきゃいけない?」など戸惑いも大きいことでしょう。皆さんは、これまで約4年もの間、一生懸命、感染症対策を頑張ってきたので、その戸惑う気持ちは当たり前です。最初は違和感もあるかもしれませんが、引き続きメリハリのある対策を考えていきましょう。

①感染症対策の基本「こまめな手洗い・うがい・消毒」の継続を！

②教室は常時2方向の換気を！！これも継続。

③マスクは個人の判断に任せます。 スクールバスなど密になる場合は、マスクをつけましょう！

マスクの着脱は皆さんの判断に任せます。「感染が怖いから着けていたい」「マスクを着けると息苦しいから外したい」「ずっとマスクをしていたから、急に外すのも恥ずかしい…」みんな、いろいろな考えを持っていると思います。その考え、一つ一つに「良い」も「悪い」もありません。

いろいろな考えを持った人がいることを理解し、認め合いましょう。

どうしたらよいか迷った時や不安な時は保健室に相談しに来てくださいね。

大切なのは
相手を思いやる気持ち

④昼食時の黙食は必要ありません。

しかし、大声を出したり、対面での食事、密になっての食事は控えること!!
周りの友人への配慮を忘れずに。

⑤掃除時間の消毒は廃止します。

保健室には引き続き、消毒液を準備しています。「気になる場所がある。」「消毒が必要だと思う」という時には気軽に相談してください。

⑥出席停止の取り扱い及び毎朝の検温・健康観察について

新型コロナウイルス感染症に関する出席停止の基準については、今のところ大きな変更はありません。

【新型コロナウイルス関連の出席停止について】

- 陽性が判明した場合
- 濃厚接触者に特定された場合
- 本人に発熱等の風邪症状がある場合
- 家族に風邪症状がみられる場合（未診断のものに限る）

県の方から通知があり次第、その都度、保護者の方にメールでお知らせします。

なお、これまで記入してもらっていた「健康観察記録表」の提出は新年度より廃止します。しかし、毎朝の健康観察は皆さんの体調を管理し、感染拡大の兆候を知るためにも重要です。よって、検温・体調チェックは引き続き、登校前に自宅で行ってください。気になる症状がある場合は、朝の読書後に担任または副担任の先生に申し出てください。



学校（部活動含む）や通学中の怪我は スポーツ振興センターの申請を！

- 学校の管理下での活動中、怪我をした場合、独立行政法人日本スポーツ振興センターより医療費の給付を受けることができます。
- しかし、これには生徒(保護者)の皆さんからの申請が必要です。
- 授業中、部活動のみならず、登下校時も給付の対象となりますので、怪我をして病院での治療を受けた場合は、保健室に必ずお知らせください。

学校の管理下って？

<p>1 授業中（保育中を含む） <small>例</small> 各教科、遠足、修学旅行、大掃除など</p>	<p>2 学校の教育計画に基づく課外指導中 <small>例</small> 部活動、林間学校、臨海学校など</p>
<p>3 休憩時間中及び学校の定めた特定時間中 <small>例</small> 始業前、業間休み、昼休み、放課後</p>	<p>4 通常の経路及び方法による通学（園）中 <small>例</small> 登校（登園）中、下校（降園）中</p>
<p>5 その他 <small>例</small> 寄居舎にあるとき</p>	

こんなときに給付金をお支払いします

<p>授業中にはさみで指を切る</p>	<p>遠足で虫に刺される</p>	<p>休憩時間に鉄棒から落下</p>	<p>通学中に自転車で転倒</p>
<p>休憩時間に階段から滑って転倒</p>	<p>部活動中の熱中症</p>	<p>学校給食などによる食中毒</p>	<p>部活動試合中の転倒</p>
<p>障害 負傷や疾病が治った後に残った後遺症（その程度によって第1級から第14級まで区分） 死亡 学校の管理下において発生した事件や疾病に直接起因する死亡、突然死</p>			

- * 健康保険が適用される受診が対象です。
- * 受診した月から2年間請求を行わなかった場合、給付が受けられなくなります。

お願い

「医療等の状況」等を医療機関等に証明していただくに当たっては、医師、歯科医師、薬剤師、柔道整復師、鍼灸師のみなさまの特別の配慮によりご協力をいただいております。
 用紙を持参してもその場で書くに書いていただけない場合もありますことをご了承ください。

