

ほけんだより

2月

令和2年2月27日
大村高校 保健室

3年生の皆さん、ご卒業、おめでとうございます。
いよいよ、卒業ですね。新型コロナウイルスの感染拡大の最新情報が飛び交う中ですが、皆さんの新たな門出をお喜び申し上げます。大村高校での学びや出会い、成長した自分、たくさんの宝物を胸に、新しい環境での更なる活躍を応援しています。
そして、3年生だけでなく、1・2年生の皆さんも、しばらくは、感染に関して注意が必要となります。最新の情報を得て、一人一人が身を守る行動をとることが大切です。



注目！！

新型コロナウイルス感染症について

連日、ニュースでは新たな感染者の報告や症状が出た場合の行動についてなど、報道されています。予防にはマスクも大切ですが、店頭ではマスクの品切れで入手困難な状態が現状です。では、感染拡大の予防は、どうしたらよいのか？

感染拡大の防止

- ・せっけんでの手洗い後、よく乾燥させてアルコール消毒
- ・咳エチケットの徹底（マスクがない場合、咳をする際は手で押さえずに肘で押さえる）
- ・こまめなうがいの励行
- ・教室のこまめな換気
- ・免疫力を高めるため、規則正しい生活習慣
- ・発熱等の風邪の症状がある場合は、無理せず自宅休養する

せきエチケット
できていますか？



相談・受診の目安

（長崎県のHPより）

1. 相談・受診の前の心がけること

- 発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- 発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。

2. 帰国者・接触者相談センターに相談する目安

○ 以下のいずれかに該当する人は、帰国者・接触者相談センターに相談してください。

- * 風邪の症状や 37.5 度以上の発熱が 4 日以上続く人
- * 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある人

長崎県央保健所（平日 9 時～17 時半）
管轄（諫早市・大村市・東彼杵町・川棚町・
波佐見町）
0957 - 26 - 3306

○ なお、以下のような人は重症化しやすいため、この状態が 2 日程度続く場合には、帰国者・接触者相談センターに相談してください。

- * 高齢者
- * 糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD 等）の基礎疾患がある人や透析を受けている人
- * 免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている人

○ なお、現時点では新型コロナウイルス感染症以外の病気の方が圧倒的に多い状況であり、インフルエンザ等の心配がある時には、通常と同様に、かかりつけ医等に相談してください。

3. 相談後、医療機関にかかる時

- 帰国者・接触者相談センターから受診を勧められた医療機関を受診してください。複数の医療機関を受診することは控えてください。
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット（咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って口や鼻をおさえる）の徹底をお願いします。

3 年生へ

スポーツ振興センター災害給付金の給付について

学校管理下（授業や部活動、休み時間、登下校等）における負傷で受診した場合は、手続きをするとスポーツ振興センター災害給付金が支払われます。卒業後もその治療を継続する場合は、発生から 10 年間は支給されますが、在学中と同様に医療機関で書類を書いてもらって学校へ提出する必要があります（郵送可）。**申請手続きを 2 年間行わないと、時効になります。**

現在、手続きを継続している人には、個別にお知らせを配布しましたが、まだ治療を続けているけどお知らせをもらっていないという人、学校管理下の負傷で受診したけど、まだ手続きをしていないという人は、保健室へご連絡ください。2 年前の負傷まで、請求は可能です。給付金の申請をする場合は、保健室で書類等をお渡しします。

この保険の対象期間は、学校を卒業する日までとなります。
卒業式の 3 月 1 日までの負傷については、給付対象ですが、3 月 2 日以降に、学校へ登校する場合や部活動へ参加した時の負傷は、対象になりませんので、怪我等には注意してください。