

保健だより 4月



NO.1 令和3年4月9日(金) 真庭市立勝山中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます。新しい1年のスタートです。始業式の2・3年生の姿から、「よし、がんばるぞ!」というやる気が伝わってきました。とてもすばらしかったです。

今年度も引き続き、新型コロナウイルス感染症予防対策につとめながら、一日一日を充実したものにしていきたいと思います。保健室からも皆さんを応援していきます。

～感染症予防につとめましょう。～

(学校では)

新学期を迎え、学校では、

- *手洗い、手指のアルコール消毒の徹底
 - *健康チェックカードによる体温チェックと健康状態の把握
 - *教室の換気
 - *三つの密を避ける
(密集場所・密室空間・密室場面)
 - *多くの人に触れる場所の消毒
 - *学校教職員の健康チェック
- 等々の、感染症対策を行っていきます。

(ご家庭で)

保護者の方には、日頃から、ご家庭で体調管理をしっかり行ってくださっていることに感謝いたします。今年度も、家庭での登校前の検温・健康観察をよろしくお願いいたします。



《4月の健康診断日程》

日にち	健康診断項目
7日(水)	保健関係書類の配付 提出締め切り日
8日(木)	4月12日(月)
14日(水)	内科検診 10:00～12:00 対象 全学年

凡事徹底で

～命と健康を守る健康管理能力を身につけよう。～

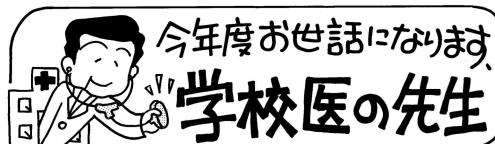
かんき かしつで 快適空間

つめたくても 石けん手洗い

やってきた? 朝の検温

ますく着用で 互いを守ろう

中学生として 正しい判断



内科医 … 米田昌道先生

(米田医院)

歯科医 … 飯田哲夫先生

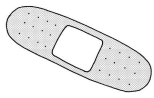
(飯田歯科本院)

耳鼻科医 … 松葉宏起先生

(しんまち診療所)

学校薬剤師 … 手島靖先生

(てしま薬局)



保健室の利用のしかた



～ルールを守って気持ちよく～

保健室の利用のしかたを守って、けがの手当や体調不良のときは、もちろん、身長や体重・視力測定、ちょっと話を聞いてほしい…など、気軽に利用してください。

☆保健室の利用は休み時間に済ませることができるよう早めに来ましょう。

・・・当たり前ですが、緊急の場合はいつでもOKです。

☆体調が悪くて保健室に来るときは、次の授業の先生に言ってから来室しましょう。

・・・「友だちに言ってきた。」ではなく、直接自分で授業の担当の先生に言いましょう。もしくは学年団の先生に言いましょう。



☆保健室での休養は原則として、1時間です。

・・・明らかに発熱している時、1時間休んでもよくならない時は、保護者の方に迎えに来ていただきます。早退して、家でゆっくり休みましょう。
*保健室で休養した日は、部活には参加せず、下校しましょう。

☆内服薬（飲み薬）は置いていません。

・・・頭痛や腹痛、生理痛で不安のある人は、自分の体にあった薬を普段から用意しておきましょう。

☆保健室にあるものは声をかけてから使ってください。



☆保健室でのけがの手当は応急処置だけです。

・・・継続的な手当はできません。家でしましょう。

*悩みごとやつらいなあと思うことがあるときは、相談室や保健室に話しに来てください。誰かに話すことで、ずいぶん心は軽くなりますよ。