

えがお

ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新年度のスタートです。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、再び休校に入りますが、1年生は初めての中学校生活、2,3年生は新しいクラスでの生活を楽しみに待っててください。

コロナウイルス感染への不安もあると思いますが、一人ひとりが手洗い、換気、マスクの着用などに気を付けて過ごしてください。また、睡眠や栄養をしっかりと取り、体の抵抗力を高めるようにしましょう。



心と体の健康が楽しい学校生活の基本です。

登校が再開した際に、皆さんに守ってほしいこと

(1)登校前にすること

- ①毎朝、必ず検温する。→発熱している場合は、登校を控えてください。
- ②かぜ症状がないか確認する。→のどの痛み、咳、だるさ等がある場合は、登校を控えてください。
- ③マスクをして登校する。→マスクが手に入らない人は、布やキッチンペーパーで手作りしましょう。
*別紙「手作りマスクの作り方」を参考にしてください。

(2)登校後にすること

- ①登校したらすぐに、消毒液で手の消毒をする。
- ②健康観察カードを提出 →体調不良、検温忘れの生徒は保健室へ。
- ③手洗いは、外から帰った時、トイレの後、食事の前に、石けんですみずみまで洗い。
- ④教室の換気を1時間に1回以上する。→休み時間ごとに換気しよう!!
- ⑤給食は座席を向かい合わせず、なるべく会話をせずに食べる。
- ⑥体の抵抗力を高めるために、十分な睡眠や栄養をとる。

*気を付けていても、気づかないうちに感染してしまうことはあります。体調が悪いと感じたら、我慢しないですぐに保健室に来てください。周りのみなさんも、思いやりのある行動を取ってください。

*「健康観察カード」は、登校再開後に配付します。

保健関係書類について

※登校再開後に集めますので、準備しておいてください。

	項目	対象者	注意事項
1	保健調査票	全学年	*緊急連絡先は、必ず連絡が取れる番号を2つ以上記入してください。 *連絡先に変更がある場合は必ず訂正する。 *2,3年生は、裏面の該当学年の欄も忘れずに記入
2	結核に関する問診票	全学年	該当学年の欄に記入する。
3	運動器検診保健調査	全学年	保護者記入欄にもれなく <input checked="" type="checkbox"/> チェックし、必要事項を記入してください。
4	アレルギー疾患調査	全学年	調査票(黄緑色)に記入し、キトリセンで切って提出する。
5	心電図カルテ	1年生	別紙の記入例に従い、裏面も記入もれのないようにしてください。
6	耳鼻科検診問診票	2年生	検診事前調査の当てはまるものに○を記入し、必要事項を記入してください。

定期健康診断について



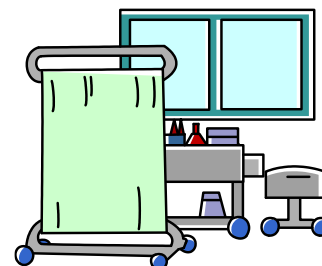
*今年度の健康診断については、日程が未定です。決まり次第、改めてお知らせいたします。

本校の学校医さんをご紹介します

学校医	内科	松原 克彦 先生	松原医院	553-6700
	整形外科	古田 佳久 先生	古田整形外科	553-5221
	眼科	坂本 英世 先生	坂本眼科クリニック	555-2440
	耳鼻科	末続 宏之 先生	こうのすナーシングホーム共生園	540-6171
学校歯科医		村社 尚洋 先生	むらこそ歯科医院	556-3571
		和田 泰興 先生	和田歯科医院	553-2384
学校薬剤師		鹿山 高彦 先生	土橋薬局	556-2226

保健室の利用について

保健室では、生徒のみなさんが心身ともに健康な状態で学校生活を送れるように「保健教育」「保健管理」「健康相談」などの仕事をしています。けがや体調不良の時、心身の相談をしたい時などは、下記の「保健室のきまり」やマナーを守り、みんなが気持ちよく利用できるようにしましょう。



保健室利用のきまり

- (1) 保健室では、その日学校で起きたけがや体の不調に対しての応急処置を行います。
※継続的な治療(湿布・ガーゼの交換など)はできません。
- (2) 体の調子が悪い時は、担任か学年の先生(授業中は教科担当の先生)に話してから来てください。 ※ただし、緊急の場合は直接保健室へ!
- (3) 保健室での経過観察は、原則として1時間までとします。
その後も回復しない場合は早退とします。家庭で休養するようにしましょう。
- (4) 先生の許可なく、器具・薬品・ベッド等を使用しないでください。
- (5) 内服薬は、危険を伴うことがあるため与えられません。
※友だち同士で薬をあげたりもらったりは絶対にしないでください。

昨年度より長野中でお世話になっております、養護教諭の増田かおりです。生徒の皆さんが元気いっぱい、「えがお」あふれる長野中学校になるよう、健康面のサポートをしていきます。

また、今年度から、教育相談も担当させていただきます。心身の健康面など、心配なことがある時は、どうぞ遠慮なくご相談ください。
今年度もよろしくお願いたします。

