

ほけんだより4がっ

延岡中学校
保健室より
保護者の皆様へ
R3.4.20

ご入学・進級おめでとうございます。

昨年度は、新型コロナウイルス感染症の対応で大変な1年でした。今年度は感染状況をみながらの様々な行事の開催になるかと思えます。感染対策できる新しい生活様式を意識しながら生活していきたいですね。

* 生徒自身の感染予防対策 *

- 毎朝・毎晩の検温・記録(自己健康管理表)
→ 生徒自身に自己管理できるようにさせていますが、保護者の方も確認をお願いします。
- 発熱、風邪症状等、体調不良があるときには **自宅で休養**する。
→ 風邪症状[咳 喉の痛み 強いだるさ 息苦しさ 等]
- **石けん**による手洗いの徹底。(清潔なハンカチ、ティッシュをいつも携帯しましょう)
- 教室の**常時換気**
- **マスク**の着用
- 他人との**距離感**を考える。(2メートルの間隔は空ける)
- 自分の**行動を記録**(じぶんログ等)県外や人と多く関わった場所

* 現在レベル2地域となっています * (4/9~)

宮崎県 感染レベル

延岡市では、4月9日から県が示す感染状況の区分において、黄（感染確認圏域）となっています。緑のレベル1の時との違いは、リスクの低い教育活動を行うことや家族が発熱した時に本人も出席停止扱いになるということです。

なお、感染レベルは日によって変化していきます。「宮崎県 感染レベル」で検索していただきますと、現在の感染レベルがわかるようになっております。

また、延岡中学校のホームページでもお知らせしていますので、御確認ください。

自己紹介です♪

延岡中学校2年目になります。^{わきさかのぞみ}脇坂望美です。

昔は、「保健室にいるお姉さんと思って♪」と言っていたのですが、今は「お母さん」的存在でしょうか？

(^^;) 図々しくお姉さんキャラでいきたいですが…。

1年生の皆さん！延中生は、礼儀よく、あいさつが素晴らしい先輩方ばかりです。先輩方をお手本にがんばってください。生徒一人一人が健やかに学校生活を過ごせるよう、精一杯頑張りたいと思いますのでどうぞよろしくお願ひ致します。



健康診断がはじまっています！（体操服を忘れずに）

学校医・学校薬剤師の先生方

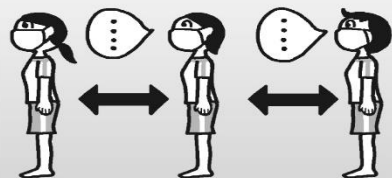
学校内科医	米田敬三 先生	米田脳神経外科
	野田省治 先生	野田クリニック
学校歯科医	四倉秀一 先生	四倉歯科
	小川耕二 先生	かいせい歯科
	高野一朗 先生	高野歯科
学校耳鼻科医	井手 稔 先生	井手耳鼻咽喉科
学校眼科医	平嶋智之 先生	出北耳鼻科
学校薬剤師	廣瀬里香 先生	いこい薬局



毎年、耳鼻科検診時に「耳垢」と言われ、きちんと検査できない人がいます。耳鼻科検診前には必ず、**耳垢の掃除**をおねがいします。

健康診断での諸注意

順番待ちの際は
おしゃべりをせず、
間隔をあけて並ぶ



キープ・ディスタンス!

髪が長い人は、
検診・検査の邪魔に
ならない髪型にしておく

目にかからないよう
前髪はピンで留めるか、
短く切る

耳が
隠れない
ようにする



髪は低い位置で結ぶ
(×おだんご、×ポニーテール)

忘れ物をしない
ようにする



保健調査票や
尿検査は
提出日を守る



検診・検査の際に
必要なもの
(体操服、使っている人は
メガネなど)を
持ってくる



まちがいさがし(7つあるよ♪)

答えは保健室前廊下へ♪



ほけんしつ

保健室はみなさんの けんこう 健康をサポートします

