

保健だより

東京女学館中高保健室
令和3年4月発行
No.1

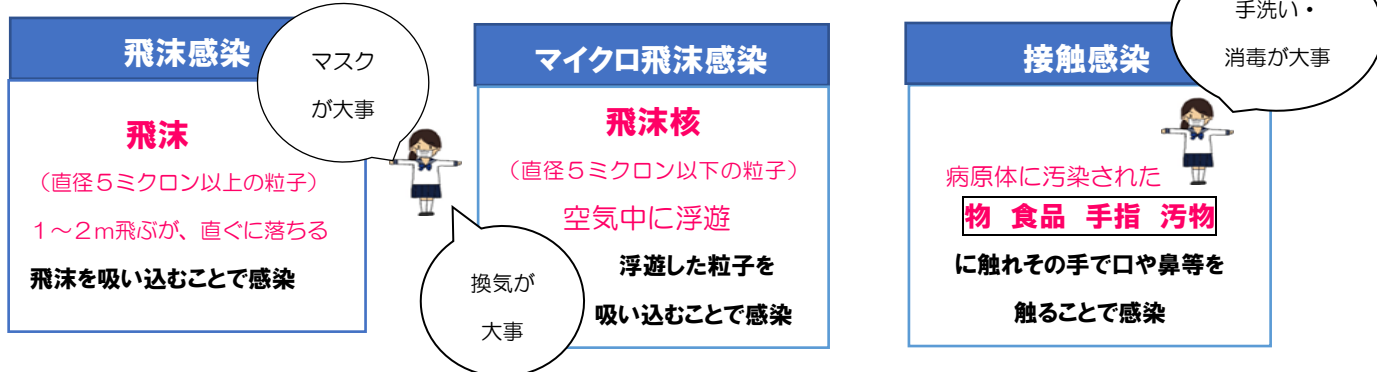
新年度がスタートして、3週間が経とうとしています。新しいクラスには慣れてきましたか？
東京を含む4都府県に緊急事態宣言が出されました。これからゴールデンウィークに入りますが、皆さんどのように過ごす予定でしょうか？ 自分の生活を振り返って、コロナに負けない、自分も他人も大切にする生活について考えましょう。



新 型 コ ロ ナ

ゴールデンウィークを迎える前にもう一度確認しよう！

◆感染経路は3つ



◆「3密」ちゃんと避けていますか？

- | | |
|------|----------------|
| 密閉空間 | 密閉されて換気が悪い |
| 密集場所 | 手の届く距離に多くの人がいる |
| 密接場面 | 近距離での会話や発声がある |

「3密」のほかに
★運動などで呼吸が増える時
★大人数や長時間の飲食
などもリスクが高いため注意が必要です！

最近、生徒同士で密になって行動している姿を目にします。
緊張がゆるむときもあると思いますが、もう一度自分の生活を見直して下さい。
今、増えてきている変異株は若者でも重症化する例が出てきていると言われています。
ゴールデンウィーク中は不要不急の外出を控え、家でできる楽しいことを考えましょう！

健康診断結果報告は5月下旬を予定しています




学校での検診では、病気の疑いを見つけることが目的です。確定診断ではありません。

健康診断で受診を勧められた人には受診勧告書をお渡しします。

医師に何か指摘された人は、受診勧告書を待たずにご家庭で受診していただいても構いません。その場合には、受診勧告書の中の「治療結果報告書」に保護者の方からその旨を記入していただき、保健室に提出してください。

コロナ禍ですので、受診のタイミングは各ご家庭の判断にお任せしますが、できるだけ早く受診することをお勧めします。



<p>目的</p>  <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p>目的</p> <p>だいじょうぶ?</p>  <p>体の調子がすぐれない</p>	<p>目的</p>  <p>体や健康について学びたい</p>	<p>目的</p>  <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p>注意</p>  <p>きのうの、 NG かえて〜</p> <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p>保健室を利用する ときの約束</p>  <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>	<p>注意</p>  <p>Sorry</p> <p>内服薬は出せません</p>	
<p>ルール</p>  <p>せんせ〜</p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p>ルール</p>  <p>しつれい しま〜す</p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p>ルール</p>  <p>NG</p> <p>室内では静かに</p>	<p>ルール</p>  <p>いい ですかあ?</p> <p>備品等に勝手に触らない</p>

～ 養 護 教 諭 紹 介 ～

みなさんの心と身体の健康をサポートしていきます。体調不良や、けがをしたときだけでなく、相談したいことがあるときなど、ぜひ保健室へ足を運んでください。

健康相談のご案内

学校医の先生をご紹介します

毎週水曜日のお昼休みに、学校医の先生による健康相談を実施しています。心身の健康についての悩みや、心配なこと、困っていることなどを相談することができます。

もし自分の健康について相談したいことがあれば、気軽に保健室まで声をかけてください。

