

保健だより 2月号

徳島県立小松島高等学校
令和4年2月7日発行

自分の体調確認できていますか？

2022年になり、早1ヶ月が経ちました。2月になりましたが、まだまだ寒い日が続いています。空気も乾燥していたり、風邪も引きやすい時期です。さらに昨年に引き続き、まだまだ新型コロナ対策にも気が抜けません。

みなさん、毎朝自分の体調を確認してから登校できていますか？コロナ禍に慣れてしまい、毎朝の検温がおろそかになっていませんか？

新型コロナの感染拡大防止には、みなさん一人一人の行動が大切です。みんなで気をつけていきましょう。



毎朝、登校前には体温を測りましょう。
検温結果は未来手帳に記録しよう。

他にも・・・

- 咳や喉痛がある
- 鼻水がある
- 頭痛がある
- 強い倦怠感がある

等、体調に少しでも違和感があるときは、無理せず自宅
で休養してください。

休みの日も健康チェックは忘れず、行いましょう！



マスクもきちんと着用してください。
「顎マスク」「鼻出しマスク」になってませんか？
見直してみましょう。
食事をする時、息の上がる運動をする時以外は、
きちんと着用してください。
※食事のときは、向かい合わず黙食で！

最新一タより



新型コロナウイルスのオミクロン株において「感染者と1m以内まで近づいて、マスクをせずに15分間会話した場合の感染確率は60%」と理化学研究所などの研究チームが発表しました。
また、「マスク着用時でも、話し相手との距離が50cm以内まで近づくと、感染確率は最大30%」と言われています。
マスクは適切に着用した上で、会話等をする時は、ある程度の距離を保つことも大切です。

年度末が近づいています。書類の出し忘れはありませんか？

☆日本スポーツ振興センター災害共済給付

登下校や部活動を含む、学校の教育活動下で怪我をして病院を受診した場合に、その治療費が返ってくる制度があります。災害発生日から2年以上経過すると、時効となり申請ができなくなります。学校の活動で怪我をして、病院を受診した場合は、早めに保健室へ連絡してください。

また今年度、書類を保健室へ取りに来ている人でも提出がまだの人もあります。早めに保健室へ提出してください。



○こんな場合で病院を受診したら対象です(例)

- ・登下校中に自転車で転倒し、怪我をした。
 - ・体育の授業中に怪我をした。
 - ・休み時間に友達と遊んでいて怪我をした。
 - ・部活動中に怪我をした。
- 等

※対象治療費の下限があり、給付対象とならないことがあります。



☆出席停止関係の書類

「インフルエンザ」や「感染性胃腸炎」等、学校で予防すべき感染症に罹患した場合は、出席停止の扱いとなります。その際、学校所定の用紙にて、医療機関での証明をもらう等の手続きが必要になります。

また、新型コロナウイルスが流行した昨年度より、本人が新型コロナウイルスに罹患した場合はもちろん、濃厚接触者に特定された、発熱等の新型コロナを疑う症状がある等でも出席停止とすることができます。その場合も、学校所定の用紙の提出が必要となります。担任の先生から用紙をもらって、学校に忘れず提出してください。

※新型コロナウイルスに係る出席停止については、医療機関での証明は必要ありません。

○新型コロナに係る出席停止、こんな場合が対象です。

- ・新型コロナに感染した
 - ・濃厚接触者に特定された
 - ・同居家族が濃厚接触者に特定され、検査結果を待っている
 - ・発熱等の風邪症状がある
 - ・新型コロナワクチンの接種に行く、副反応で療養
 - ・進学や部活動のため、感染流行地域へ行ったので念のために休みたい
- 等

※感染状況により様々な場合が考えられますので、学校に状況を伝え、問い合わせてください。