

# ほけんだより



加茂暁星高校 保健室

ご入学、進級おめでとうございます❀春の温かい日差しに包まれ新学期が始まりました。みなさんに気持ちよく過ごしてもらえるように、保健室からサポートをしていきたいと思えます。新学期もみなさんが安心して学校生活を送れるように、しっかりと感染対策を行いましょう。

## →学校での感染対策の継続→

養護教諭の  
阿部 ほたる です。  
よろしくお願いします。



## →みんなでみんなの健康を守る！→

### 1) 健康観察について

健康観察は、自分自身や大切な人の命を守る大切なものです。毎日の健康観察を継続し、体調の自己管理を行ってください。健康観察票の様式は学校HPに乗せています。ご自由にダウンロードし各家庭で使用してください。健康観察を習慣化し、ぜひ自分自身の体調をコントロールする力を身に付けてください。※学校行事前は健康観察票を学校より配布し、提出していただきます。

### 2) 受診の目安

以下の①～③の場合は無理に登校せず、学校に連絡してお休みしてください。また、かかりつけ医等に受診をしてください。なお、この場合の欠席は後日学校が判断し「出席停止」の扱いとなります。

- ① 37.0℃※以上の発熱がある。※平熱が高い場合は相談してください。
- ② 風邪症状（咳、くしゃみ、咽頭痛、味覚嗅覚障害等）がある。
- ③ 家族の中に発熱、風邪症状のある人がいる。

### 4) 自宅待機の基準

**以下の④・⑤の場合は必ず学校に連絡し登校可能になるまで自宅で過ごしてください。**

- ④ 生徒自身や家族がコロナウイルス感染症に感染した。または濃厚接触者に指定された。
- ⑤ 生徒自身や家族がコロナ関係の検査を受け検査結果を待っている。  
(検査結果で陰性が確認できるまで自宅にて過ごしてください。)

### 5) 学校でも下記の感染対策を行いましょう。

マスクの着用、手洗いうがい、手指消毒の活用、換気の徹底、咳エチケット等、基本的な感染対策を守りましょう。また、コロナウイルス感染症の情報は日々変化しています。新潟県のホームページ等を確認し最新の情報を得てください。一人一人の感染対策がみんなの感染対策につながります。





**が始まります！**

各種健康診断が4月早々から始まります。健康診断は自分の身体と向き合う大切な機会です。自分の身体の成長を感じ自分自身の健康を振りかえってみましょう。

日にち	検診名	対象
4月11日(月) 午前	胸部X線、心電図	1年生、専攻科1年生
1次：4月11日(月) 12日(火) 2次：4月27日(水) 28日(木)	尿検査	全校
4月14日(木) 5限	内科検診	1年生男子
4月27日(水) 5限	内科検診	1年生女子
5月10日(火) 5限	内科検診	2年生男子
5月11日(水) 4限	耳鼻科検診	1年生
5月17日(火) 4, 5限	身体測定、視力聴力	高校生全校
5月23日(月) 5限	眼科検診	1年生
5月25日(水) C, D限	内科検診、 身体測定、視力聴力	専攻科全校
5月31日(火) 5限	内科検診	3年生男子
6月1日(水) 午前	歯科検診	高校生全校、専攻科1年生
6月15日(水) 5限	内科検診	2年生女子
6月29日(水) 5限	内科検診	3年生女子

### ☆スクールカウンセラー(SC)について

本校では2名のカウンセラーが月に各2回勤務しています。日程等に付いては保健室前に掲示してあるので、興味のある人、相談してみたい人は担任の先生が養護教諭までご連絡ください。また、お子さんのことで悩む保護者の方もカウンセリング対象です。カウンセリングを希望する際にはお気軽に担任か養護教諭までお問い合わせください。(勤務時間は変更になることもあります。お問い合わせください。)



☆小柳 円(おやなぎ まどか)先生…勤務時間13:00~17:00

☆阿部 心平(あべ しんぺい)先生…勤務時間16:00~19:00

### ☆今後の保健だよりについて…

今後の保健だよりは紙配布ではなく、学校HP内にアップさせていただきます。みなさんの役に立つような体と心の健康に関する情報を発信していく予定なので、ぜひチェックしてみてください。1年間よろしくお祈いします！