医叶ん层 50



令和 5 年 4 月 7 日 発行 野辺地高校保健室 No.1

1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2・3年生の皆さんは進級おめでとうございます。初めての高校生活や新たな学年での生活に期待や不安がいっぱいだと思います。悩んでいること、困ったことがあったら小さなことでも友だちや先輩・先生方に相談してみてください。皆が元気な笑顔で過ごせる野辺地高校にしていきましょう!!

本校での新型コロナウイルス感染症対策

新型コロナウイルス感染症対策として新しい生活様式も定着しつつありますが、充実した高校生活を送るためには、生徒一人一人が気を抜かず感染防止策を継続することが大切です。本校でもさまざまな対策を行っていますが、その中から特に生徒の皆さんに実行してもらいたい対策についてお知らせします。

登校前~登校時

- ・毎朝家庭で体温測定を行い、風邪症状がないことを保護者と確認してから登校してください。検温結果等は各 自で健康観察票に記入し、毎日担任の先生へ提出してもらいます。
- ・万が一家庭での検温を忘れてきた場合や登校中に体調不良となった生徒は、そのまま教室へ入らず、生徒玄関か保健室前の体温計で検温をお願いします。37.5℃以上の発熱または体調不良の場合は、教室へ行かず早退の手続きをとります。
- ・同居する家族等が新型コロナウイルス陽性と判明した場合には学校へ連絡をお願いします。(同居家族等の風 邪症状等については現在出席停止となりませんので、学校への連絡は必要ありません。)
- ・登校したら、手洗いや手指消毒を行います。ハンカチを持参し床に水滴を飛ばさないようにお願いします。

授業中・休み時間

- ・マスクの着用を求めないことを基本とします。
- ・咳やくしゃみの際には、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って口や鼻を押さえる咳エチケットへの協力をお願いします。
- ・鼻水をかんだティッシュや使用済みのマスクはそのまま捨てず、教室へ備え付けのビニール袋に密閉して捨て てください。

昼休み

- ・食事の前後には手洗いや手指消毒を行いましょう。
- ・昼食は自分の座席で前を向いて食べることとし、飛沫を飛ばさないように注意してください。「黙食」は必要ありませんが、大声での会話は控えましょう。

部活動中

- ・顧問の先生の指示に従って、密集を避けて活動しましょう。活動場所や部室での換気を忘れずお願いします。
- ・活動の前後には手洗いや手指消毒、洗顔等を行いましょう。

以上のことを行い、コロナウイルス感染症の蔓延を防ぎたいと考えています。体調の悪い時は無理をせず自宅 で療養に努めましょう。万が一発熱等の症状があるときの受診方法もお知らせします。

①かかりつけ医がいる場合→かかりつけ医へ相談

②かかりつけ医がいない、相談先がわからない場合→県コールセンターへ

※県コールセンター: 新型コロナウイルス感染症に関する感染症の特徴や予防方法などの一般的な相談や問い合わせの受付、受診先が分からない方へ医療機関等を案内するコールセンターを設置しています。

電話番号:0120-123-801(フリーダイヤル)

受付時間:24時間対応(土日・祝日含む)

出席停止措置について

学校保健安全法第19条および県立学校版新型コロナウイルス感染症Q&Aにより、出席停止の基準が定めら れています。現在、青森県の感染レベルは「1」ですので、以下の生徒が対象となります。

出席停止となる場合

- ① 生徒の陽性が判明した場合
- ② 生徒が発熱や咳等の症状が見られる場合
- ③ 生徒の同居者等の陽性が判明し、当人が濃厚接触者として特定された場合
- ④ 濃厚接触者に特定されない場合でも、学校で陽性判明者と接触があった者のうち、以下の「接触者」に 当たる場合
- ⑤ その他、校長が判断した場合

〈 接触者の定義 〉

手洗いなどの手指衛生や咳エチケット、換気等の基本的な感染対策を行わずに飲食を共にした者等

- (例) ○手の届く距離で15分以上会話をした者
 - ○近い距離(1 m未満)で会話を伴って一緒に食事をした者
 - ○運動時に発声を伴う又は呼気が荒くなるような運動を近い距離(1 m未満)で共にした者
 - ○その他、仲の良い友人等、普段から比較的近い距離で接している者

いずれの場合にも、登校可能になってから「学校感染症届」を保護者の方にご記入していただき学校へ提出し ていただくことになりますので、ご協力をよろしくお願いします。

- 内科・・・・戸館 雅 大 先生
- 眼科 · · · · · 丹藤 利 夫 先生
- 耳鼻咽喉科・・・工 藤 玲 子 先生
- 歯科・・・・宮澤 雅 先生
- 薬剤師・・・・市川啓司先生

学校医の先生や学校薬剤師の先生は、皆さんの 健康を守るために、健康診断等の実施や、環境・ 衛生面などのサポートをしてくださいます。

先生方にお会いした時には気持ちのいいご挨 拶をしましょう。

来週、4月10日に全校生徒を対象に身体測定を行います。 1年生と3年生は身長・体重測定と視力・聴力検査とな

ります。2年生は聴力検査を行いませんので、身長・体重 測定と視力検査となります。

服装は制服です。眼鏡を持っている人は眼鏡を持参して ください。コンタクトレンズ装着者は、そのままで視力を 測ります。

体重のはかり方



●体重計の真ん中 に静かに乗ります。 先生が目盛りを読 むので、動かない ようにします。

体重計には 静かに乗り、 動かない

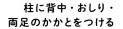
聴力検査の受け方

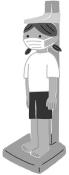
- ●先生の指示に従って、レシーバーを耳につ
- ②レシーバーの一方から音が聞こえている間、 ボタンを押し続けます。



身長のはかり方

●柱の真ん中にからだ の中心が合うように立 ち、柱に背中・おしり・ 両足のかかとをつけま す。あごは引いて、まっ すぐ前を見ます。





視力検査の受け方

①正しい位置に立ちます。 でかくして右目の検査をします。 ②左日を -③右目を ^手 でかくして左目の検査をします。

※かくしている目は、開けておきます



視力検査は片方ずつ検査をします