



# ほけんだより

橋中学校 保健室

2020.12.10

毎日「健康観察票」の提出ありがとうございます。我慢することや考えさせられることがたくさんあったこの一年。生きる力になっているはず。

## にじうたコンサートを成功させよう! ~工夫して、気をつけて練習しよう~

- ◎ マスクを着用すること
- ◎ 人と人との距離をできるだけ2メートル、最低1メートルあける
- ◎ 十分換気をする
- ◎ 近い距離で大声を出さない



## 学校の生活様式。大事なことは何度でも。

- ◎ 換気をしよう…常に少しだけ換気。休み時間ごとに窓を全開に。廊下側の上の窓は常時開けておく。
- ◎ こまめに石けんで手を洗おう…水の冷たさに負けずに手洗いを。手荒れの季節、傷からウイルスが入り込む可能性があります。ハンカチで水気をしっかり拭きとり、ハンドクリームでケアしよう。洗っていない手で目や鼻、口をさわらないようにします。爪も切っておこう。
- ◎ マスクをつけよう…鞆に予備のマスクを入れておこう。
- ◎ 健康観察票を記入して学校に持ってこよう…忘れた人は職員室前で測定します。
- ◎ 1日1回、スプレー（クリーナー）を使って机、椅子の背もたれ、ドアの入り口、スイッチ等を拭き上げよう。



## 【発熱時症状があつて医療機関を受診する場合】

- ① かかりつけ医…検査の関係で発熱の翌日に受診となることもあるので、事前に電話します。
- ② 「発熱等診療予約センター」 TEL 0570-048914（9時～21時）
- ③ 「小田原医師会地域医療連携室」 TEL 0465-47-0833（月～土9～12時 13時～17時）

## 定期健康診断の結果をお知らせします（1、2年生は保護者面談時にお渡しします。）

今年度は新型コロナウイルス感染症まん延防止のため、健康診断の方法を変更しています。

耳鼻咽喉科健診…「耳鼻咽喉科アンケート」から、医師の指示により、個人受診の必要があつた人については「保健指導」としています。指示がなければ「/」。アンケート未提出の場合は「未検査」となっています。

眼科健診…「眼科健診事前アンケート」の提出があつた人と抽出により健診で異常なし人は「/」。健診により所見があつた人には「結果のお知らせ」を配布しています。抽出されたが欠席した場合は「保健指導」としています。

※「結果のお知らせ」を受けていたら、早めに医師に相談してください。