

ほけんだより



発行日：令和2年8月26日（水） 文責：新宮中学校 馬場亜由美

2学期がスタートして2週間がたちました。暑い中でも元気いっぱいな皆さんにパワーをもらっています。まだまだ暑い日が続きそうですね。元気に過ごすには、栄養、休養はもちろんですが、時にはストレス発散やリフレッシュも大切です。自分の体と心が疲れていないか、がんばりすぎていないか、確かめながら過ごしていきましょう。



Before コロナ

With コロナ

after コロナ

今、わたしたちにできること

※保護者の方もお読みください

感染症予防・熱中症対策について

コロナウイルス感染症の流行に加え、危険な暑さが続いています。学校でも感染症予防や熱中症対策を継続、強化をしていきたいと考えています。朝の健康観察や検温、マスクの着用等はもちろん、以下のこともよろしくお願いいたします。

- 水分補給、塩分補給のために、各自で水筒などを準備してください。
- 帰宅後、「手洗い」「うがい」を確実に行ってください。
- 体調が悪いとき（37.0以上の発熱、咳、のどの痛み、だるさ、息苦しさ）は、無理をせず欠席し、病院受診をしてください。また、確実に学校へ連絡をしてください。（「出席停止」扱いになります。）
- 家族に風邪症状があるときは、用心のため欠席してください。また、確実に学校へ連絡をしてください。（「出席停止」扱いになります。）

今年度の健康診断について

1学期に行う予定だった学校健康診断を2学期に行うこととなり、学校医の先生と感染症対策について協議を重ねました。その結果、例年とは多少実施方法等が異なりますことをご了承ください。

内科検診…全員実施ですが、口腔内は診ません。心音、呼吸音を聴診していただきます。

眼科検診…アンケートで症状がある人、視力検査結果 C・D だが未受診の人のみ実施します。

耳鼻科検診…アンケートで症状がある人のみ実施します。

歯科検診…全員実施です。口内は触れません。先生には手指消毒をこまめにしていただきます。