

# ほけんだより 4月

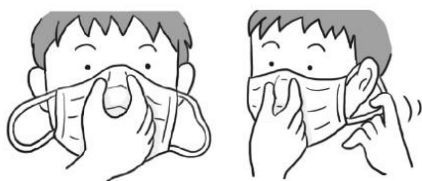
令和3年4月8日  
朝霞市立朝霞第一中学校 保健室

## 入学・進級おめでとうございます！

新しい環境での生活が始まり、期待や緊張が高まる時期です。新型コロナウイルス感染症の影響もある中ですが、充実した学校生活を送るために、生活リズムを整えて、心身ともに健康でいられるよう心がけていきましょう！



## 新型コロナウイルス感染症対策



マスクはすき間ができないように  
顔にフィットさせてつけよう



外からの出入り後、トイレ後、  
食事前など、こまめな手洗いをしよう



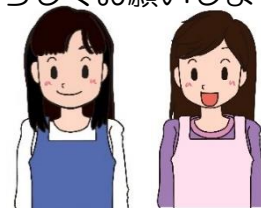
自分や家族が具合の悪いときは  
おうちでゆっくり休もう

## 保健室の使いかた

保健室は、一中生みんなが必要なときに、それぞれの理由で利用する場所です。けがや体調の悪いときには、授業の先生に許可をとり、クラスの保健委員と来てくださいね。

一人一人がルールを守って、安心できる保健室になるよう、ご協力よろしくお願いします。

よろしくお願いします！



### ⚠️こんなお願いが時々ありますが、保健室ではできません…

生理痛がひどいので、薬がほしい…

家でけがをしたので湿布ください！

昨日のばんそうこうを替えてください。

内服薬の提供はできません。  
必要な薬は持参してね。

まずおうちで手当をしましょう。  
湿布も薬と同様あげられません。

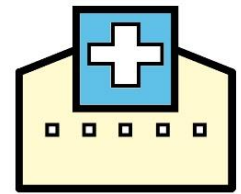
保健室はその日のけがの手当てをし  
ます。継続的な手当はできません。



★現在、感染拡大防止のため、体調不良のときに保健室で休むことができません。元気に学校生活を過ごせるように、日々の体調管理に取り組んでくださいね。

## ～学校医・学校薬剤師の紹介～

内科医：富岡誠一郎 先生 歯科医：牛山崇 先生 歯科医：永田喜久 先生  
眼科医：福島正隆 先生 耳鼻科医：江原哲夫 先生 薬剤師：蕪木秀夫 先生



## ●○ 保護者の皆様へ ○●

令和3年度の朝霞第一中学校保健室は、養護教諭2名で務めさせていただきます。一年間どうぞよろしくお願いいたします。

### ●お子さんの健康管理について

4月は、新しい環境での生活が始まり、期待とともに不安や緊張の続く時期です。加えて、新型コロナウイルス感染症への不安も抱えながら過ごす中で、お子さんができるだけ安心して登校できるよう、次のことにご留意下さい。

- ・規則正しい生活リズムで過ごし、食事・睡眠を十分にとらせてください。
- ・顔色や表情、食欲などお子さんの健康観察をお願いします。
- ・体調が思わしくない場合は必ず検温をしてください。また、無理な登校はお控えいただき、積極的に休養させてください。
- ・マスク、ハンカチ等の忘れ物がないようにチェック、声かけをお願いします。

昨年度より、新型コロナウイルス感染症拡大に伴って、家庭での健康観察の確実な実施をお願いしております。登校前に、必ず検温・体調に異常がないか確認をしていただくようお願いいたします。

また、体調不良（持病や生理痛含む）は保健室での休養対応は原則行わず、早退させて、ご家庭で様子を見ていただいております。感染拡大防止のため、ご協力をお願いいたします。

なお、欠席をする場合は、朝8時20分までに保護者の方が学校へ連絡をしてください。

### ●定期健康診断の日程について

定期健康診断の日程については別紙「令和3年度 健康診断日程表」でお知らせしております。お子さんの学年の日程をご確認ください。

### ●日本スポーツ振興センターについて

朝霞市では、掛け金全額を市が負担して加入しています。

学校の管理下（登下校、部活動含む）で怪我をして、医療機関を受診した際にお使いいただけますので、担任・部活動顧問までお申し出ください。

### ●感染症の診断を受けた際について

新型コロナウイルス感染症、インフルエンザなどの出席停止となる感染症の診断を受けましたら、学校までご連絡をお願いします。なお、お子さんだけでなく、ご家族が新型コロナウイルスに感染した、濃厚接触者の指定を受けた、PCR検査を受けた際なども、必ず学校までご連絡をお願いします。

