

保健だより



令和4年9月2日
渋川特別支援学校
保健室

○2学期がはじまりました。

夏休みが終わって、少しずつ学校の生活リズムに戻ってきましたか？

生活リズムを整えるためには、脳を自覚めさせる「朝の光」と、体を自覚めさせる「朝食」が大切です。朝起きたら、カーテンを開けて、太陽の光を浴び、朝食をしっかりとって、1日をスタートさせましょう。

全国的に新型コロナウイルスの感染拡大が続いています。また、手足口病や、咽頭炎などの夏かぜも流行しています。

手洗い、消毒、正しくマスクを着用する、規則正しい生活など、コロナの感染症対策を徹底させ、みんなで感染症の予防をしていきましょう。

まだまだ日中は暑さが続きますので、熱中症にも気をつけてすごしましょう。



こまめに水分補給

9月の保健目標

◆ けがに注意して
運動しよう



登校前の健康観察

- ① 体温は平熱ですか。
- ② 朝食はとれましたか。
- ③ 顔色は悪くないですか。
- ④ 風邪症状はありませんか。
- ⑤ だるそうにしていますか。
- ⑥ 下痢や便秘はしていませんか。
- ⑦ いつもと変わった様子はありませんか。



【保護者のみなさまへ】

(1) 新型コロナウイルス感染症に関わる出席停止期間の変更について

* 国が新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者の待機期間を、7日間から5日間に見直しました。それに伴って、本校の「出席停止期間」も変更しましたのでお知らせします。

裏面「新型コロナウイルス感染症 出席停止早見表」をご覧ください、本校の対応について確認してください。

- ◆ コロナに感染した場合の自宅療養期間は、発症日を0日目としてください。
- ◆ 濃厚接触者の待機期間は、感染者と最後に接触した日を0日目としてください。
- ◆ 風邪と診断された場合は、欠席扱いになります。風邪と診断された場合でも、風邪症状が強く出ている場合は登校を控えて、自宅で様子を見てください。
- ◆ 風邪症状がある場合は、かかりつけ医に事前に連絡をしてから受診をしてください。

(2) 保健関係提出物のおねがい

* 夏休み前に保健室から配付した書類や、災害時用の薬(3日分)が未提出のご家庭は、早めに担任へ提出してください。

* 夏休み中、病気の治療や受診が済んだ人は、報告書の提出もお願いします。

