

保健だよ！

令和2年 初夏号
松山城南高等学校
保健室



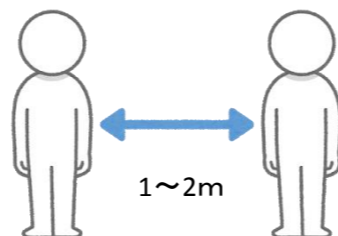
新学期がスタートしましたが、登校できない状況が続き、やっと今週から少しずつ登校が開始になります。季節は春から夏に移ってきました。

新型コロナウイルスの感染症の不安は依然残っていますので、気を緩めすぎないように、引き続き感染予防に努めていきましょう。

また、気温が上がってきましたので、熱中症にも注意しながら、少しずつ体を慣らしていきましょう。新しい環境になり、知らずのうちに疲れが溜まりやすくなりますので、帰宅後は十分に休養を取るなど、体調管理には気をつけましょう。

新型コロナウイルス対策で守ることを

- 1 全員マスク着用。
食事以外は必ずマスク着用。(隙間がないように)
- 2 毎朝、自宅で検温をし、家族に体調を確認してもらう。
- 3 発熱等の体調不良がある場合は、登校を見合わせ自宅で休養する。
(保護者から学校に連絡を)
- 4 朝食は必ず食べてくる。
- 5 こまめ手洗いをする。手指消毒も適宜使用するように。
(手指消毒薬は各教室と各教棟1階階段昇降口に設置)
- 6 教室の換気を定期的にしよう。(目安は黒板に掲示)
- 7 人との距離を保とう。(1~2m)
近い距離で話しをしない。大声を出さない。
- 8 食事は向き合わせに食べない。前を向いて食べよう。
食事中は会話を控えよう。



その他 体調管理で気をつけることを

- 1 暑くなっているので、必ず水分を持参し、こまめに水分補給をする。
- 2 体調が悪い時は、無理をしないで早めに教員に伝える。
- 3 睡眠をしっかりと取り、リズムを整えよう。



医療費給付の請求について

ケガをして受診したらお知らせください



日本スポーツ振興センターの災害給付制度に加入しているので、授業中や部活動中、登下校中など、学校管理下で災害を受け、病院を受診した場合、医療費の給付を請求することができます。

給付が受けれる場合

学校管理下でおきた(ケガ・疾病・障害)で、医療費総額が500点5000円以上(窓口支払いが1500円以上、支払い金のない方も可)の診療が対象です。
※保険診療以外で支払った場合や、交通事故等、第三者から補償を受けた場合は、給付対象にはなりません。

給付の手順

担任・部活動顧問にケガをして病院受診したことを申し出て、保健室に請求書類を取りに来てください。病院で書いてもらう用紙と、生徒が記入する用紙があります。

健康診断について

※新型コロナウイルス感染症の影響で予定が変更・延期になっています。

身体測定(全員)→体育の授業等を利用して実施予定

心電図・胸部レントゲン・貧血検査(1年生・運動部2.3年生)→5月下旬から6月中に実施検討

学校医健診(全員)→5月下旬から6月中に実施検討

歯科検診(高校生全員 半数ずつ)→10月15日(木) 10月22日(木)

保健室の利用について

保健室を利用する時は...

◆授業中やHR中などは、担任または教科の先生に『保健室連絡票』に必ず記入してもらい、その用紙を持って保健室に行きます。

注)緊急時以外は、用紙がなければ保健室を利用することができません。

◆休み時間は、用紙はいりませんが、保健委員やクラスメイトに保健室に行くことを必ず伝えて行きましょう。

注意してほしいこと

◆飲み薬はお渡しできません。必要な薬は各自で用意してください。

注)友達に薬をあげない、もらわない。

(重篤なアレルギーを起こす危険性があります)

◆ケガの当日、応急手当をしますが、帰宅後は家庭でも気をつけて手当をしてください。

◆朝から体調が悪い時は、自宅でも熱を測るなどをし、家族とも相談して登校しましょう。

見本

保健室連絡票 (保健室へ)

年	組	氏名
月	日	時 分

体調不良 気分不良 ケガ
その他 ()
授業担任 ()

保健室から

休校
 出席しました。
 休校しました。
 転校したのを機に出席します。
 転校して様子を見ます。
 転校して様子を見ます。
 転校して様子を見ます。
 転校して様子を見ます。
 転校して様子を見ます。
 転校して様子を見ます。
 転校して様子を見ます。

科目名

感染症にかかった場合は...

インフルエンザやその他の感染症については、従来通り、医師の証明があれば(下の用紙)、出席停止になりますので、お問い合わせください。

見本

学校感染症の証明について

日頃より、本校学校教育活動について、ご理解とご協力をいただきありがとうございます。さて、今回のお子様の欠席について、教務上の出席停止の手続きを行うため、疾患ならびに出席停止期間の確認をさせていただきます。つきましては、医療機関において下の「診断結果のお知らせ」をご記入いただき、登校再開時に担任に提出していただきますようお願いいたします。

疾患名	出席停止期間
インフルエンザ	発症した後(発熱の翌日を1日目として)3日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで。
流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)	耳下腺、顎下腺、または舌下腺の腫脹が発症した後5日間を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで。
麻疹(はしか)	発症後5日を経過するまで。
猩紅熱(はしか)	発症後5日を経過するまで。
水痘(はしか)	すべての発疹が痂皮化するまで。
百日咳	発症後5日を経過するまで、または5日間の高熱による治療が終了するまで。
その他の感染症	医師が定めるまで。

診断結果のお知らせ

年 組 番号 氏名

感染症名: インフルエンザ (A型) (B型) (C型) (不明)

その他の感染症

登校を控える必要がある期間: 平成 年 月 日 () から 平成 年 月 日 () まで

その他・特記事項

平成 年 月 日

医療機関 医師名

防災コーナー 学校にいる時に地震が起きたら... 命を守ることが最優先！安全第一に！

揺れ・緊急地震速報があったら
まずは、頭を守ってシェイクアウト行動をとる。
揺れがおさまったら、避難開始。
防護用カバンを持って避難する。

- ＜防護用カバン＞通学用カバンに入れる
- ①教科書 1冊(カバンの底)
 - ②体操服・上靴
 - ③携帯電話の確認(必ず入れる)

避難する時は、山側の階段・経路は使わない！

避難場所: 外駐車場北側

災害時は電話・インターネットが繋がらないおそれがあるので、災害伝言サービス{171}で安否確認できるように。(学校でも練習します)

