

ほけんだより 3月

札幌市立真駒内中学校 保健室
令和2年3月25日(水)

今日で1年間が終了します。皆さんにとっては、どんな1年だったでしょうか？新型コロナウイルス感染症の流行で、通常とは異なる状況でしたが、分散登校の日に久しぶりにみなさんの顔を見て、ほっとしました。明日からの春休みは、体調に気を付け、体と心をしっかりと休めてくださいね。4月にまた元気にみなさんと会えることを楽しみにしています。

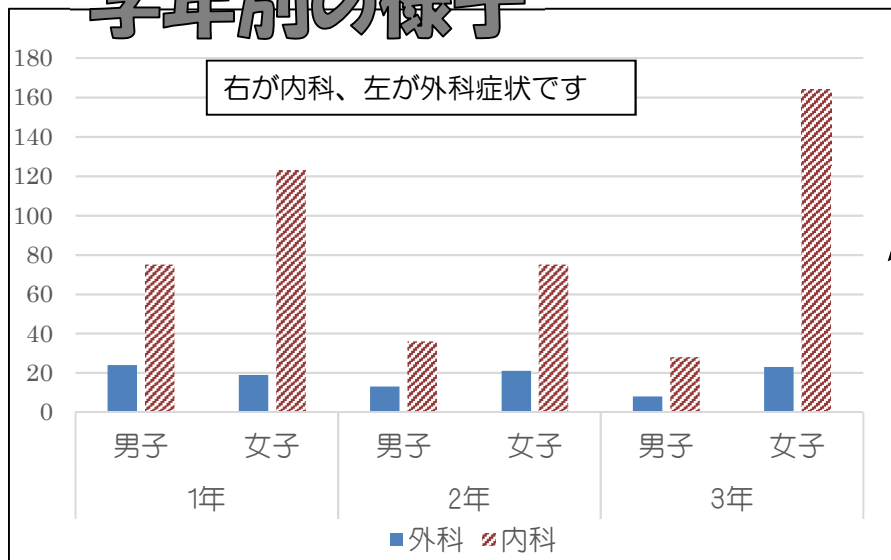
1年間の保健室の様子 (昨年度来室件数 461件)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	合計
内科	11	38	65	39	10	95	71	56	36	36	44	501
外科	4	8	22	8	1	20	8	14	3	13	7	108
合計	15	46	87	47	11	115	79	70	39	49	51	609

旅行的行事が終わり、中体連やテストがあった6月。やはり疲れが出る頃なのか、体調不良の他、些細なケガの多い1か月でした。

昨年度より全体の来室が100件以上多かった今年度。9～10月は学校祭準備や部活の新人戦、テストなどがあり、慌ただしい毎日でしたね。人間関係の悩みや、頑張りたいけど体がへとへと…という来室が目立ちました。

学年別の様子



内科的来室はどの学年も女子の方が多い傾向にあります。

外科的来室では、特に休み時間や体育のバスケットなど、球技での打撲や突き指が多く見られました。



～内科編～ 多かった症状

- 1位 頭痛
- 2位 吐き気・気持ちが悪い
- 3位 腹痛



～外科編～ 多かった症状

- 1位 突き指
- 2位 切り傷
- 3位 打撲





新型コロナウイルス感染症について

本日配付した「春休み中の健康観察記録表」は、4/6(月)始業式の日回収します。

①登校前の体温測定 ②風邪症状等はないかの健康チェック を必ず行ってきてください。

※いつもより熱が高い場合や、風邪症状などで1つでも〇がついた場合は、登校せずに自宅で休養してください。

風邪やインフルエンザ対策と同様に、一人一人の咳エチケットや手洗いなどの実施がとても重要です。春休み中も、引き続き感染症対策に努めましょう。

◆引き続き、**こまめな手洗い**を心がけましょう。



◆**風邪症状があれば、外出を控え**、やむを得ず外出する場合には、マスクを着用するなど、

咳エチケットを徹底することが大切です。



◆集団感染の共通点は、特に、

「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」です。

換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間はできる限り避けてください。

～保護者の皆様へ～

◆このような場合は、登校できません。学校(581-0172)へ連絡してください。

1. 子ども本人に感染が確認された場合
2. 子どもと同居している者に感染が確認された場合
3. 保健所から濃厚接触者として指定された場合
4. 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く場合、強いだるさや息苦しさがある場合
5. 発熱等の風邪の症状がみられる場合

◆春休み中も、引き続きお子さまの健康観察をお願いします。

◆症状がある場合には、保健所の帰国者・接触者相談センター：「#7119」又は「011-272-7119」へ相談し、状況を説明の上、指示を受けてください。