

保健だより*

令和2年（2020年）3月25日

札幌市立宮の丘中学校

保健室

陽ざしが暖くなり、春の訪れを感じるようになりました。

新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言が終了し、少し気持ちがホッとしたと思います。ただ、予防や健康管理、不調時は外出を控えるなどの感染の広がりを抑えるポイントは続けていきましょう。明日から春休みです。自分ひとりで一日の時間管理をするのは難しいと思いますが、新年度に向けて一つ二つステップアップできるように勉強や運動、料理、読書など、取り組めることを見つけて実践してみてください。

また、皆さんの元気な声が校内に響くことを心待ちにしています！



保護者の皆様、生徒の皆さんへ お知らせです

◆ 本日配布の書類は、始業式にご提出ください

新年度に向けての健康調査や健康診断に使用する書類です。必要事項の記入と提出をお願いします。

<提出するもの>

①健康カード ②運動器検診問診票 ③結核検診問診票 ④健康調査

※ 始業式に回収します。忘れずに記入、提出をお願いします。

※ 「組」と「番号」は空欄にしてください。

<記入の内容>

① 健康カード

- ・ 1～6ページ：緑色の部分に追加や変更がある場合は、ご記入ください。
 - ・ 1ページ：「保護者の印」欄の新学年の部分に押印してください。
- ※緊急時の連絡先は確実に連絡の取れる電話番号をご記入ください。

② 運動器検診問診票（用紙「運動器検診問診票への記入のお願い」の内側）

- ・ 問診票をお読みになり、新学年の欄にお子様の様子をご記入ください。
- ・ 「特になし」以外に記入のある方で医療機関での受診や相談がない場合は、内科検診で学校医の先生に診ていただきます。

③ 結核検診問診票（黄色の用紙）

- ・ 別紙「結核検診のお知らせ」を参考に、ご記入ください。

裏面に続きます ⇒

④ 健康調査（きみどり色の用紙）

学校生活の中で、健康上配慮の必要な傷病や体質について、ご記入ください。

2年生は宿泊学習、3年生は修学旅行の健康調査も含まれています。食物や寝具のアレルギーについては、安全のために旅行業者や宿泊施設に必要な内容をお伝えします。

◆ 春休み中の健康チェック表を配布しました

春休み中の健康状態の把握のために配布しました。学校での回収は行いませんので、ご家庭でお使いください。

- ・ お子様や同居している方が新型コロナウイルス感染症にかかっていることがわかった場合や、保健所から濃厚接触者として指定された場合は学校にご連絡ください。
- ・ 発熱等の風邪症状が見られる場合は、出席停止になります。新学期の登校日は熱を測り、発熱や風邪症状が見られる場合は無理をせず自宅で十分に休養してください。風邪症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く場合（解熱剤を飲み続けなければならぬ場合も含む）、強いだるさや息苦しさがある場合も同様です。出席停止期間は欠席扱いになりません。

※ 出席停止の基準につきましては、1年生は3/16発行、2年生は3/17発行の保健だよりの通りです。

◆ スポーツ振興センター災害給付の手続きはお済みですか？

学校の管理下で起きた傷病で医療機関にかかった場合は、スポーツ振興センター災害給付の対象になります。まだ申請していない方は、保健室までご連絡ください。対象にならない場合もありますので、ご不明な点がございましたらお問合せください。

◆ 生活保護・就学援助を受けている方へ

医療券の使用について、4月からの治療分は令和2年度の医療券が必要になります。受診を予定されている方は、お早めに保健室までご連絡ください。なお、受診する際は、必ず医療機関に医療券が使えるかの確認をお願いします。

学校Tel 662-6611 担当：保健室 星野（不在時は、すみませんが伝言をお伝えください）

春休み中に
すること



体調を整えよう！

体調不良が続いている人は生活を整え、長引く時は病院を受診しましょう。



制服をチェック！

制服のボタンのゆるみや裾のほつれがあれば、直しておきましょう。