

ほけんだより

令和2(2020)年9月17日(木)

札幌市立太平中学校 保健室発行

No.12

校外学習
宿泊学習
修学旅行

旅行的行事を 元気に過ごすための五箇条

その1 睡眠時間は十分に！

体調不良の原因で一番多いのが「睡眠不足」です。さらに睡眠不足は、思わぬケガを招く可能性がある他、乗り物酔いにもつながります。「明日の健康は、今日の睡眠から」です。



その2 食事はしっかり食べる

私たちの体は食事がエネルギー源となって、元気に活動することができます。中でも一日の始まりである「朝食」は**とても大切**。旅行では、飲み物の飲み過ぎやおやつを食べ過ぎから腹痛を起こすこともあるので注意！



その3 トイレは 我慢しない！



旅行中は便秘になりがちです。便秘になると腹痛を起したり、食欲がなくなることでも…。**トイレは我慢しない、恥ずかしがらずに行きましょう。**みんなでトイレに行きやすい雰囲気を作ることも大切です。

その4 履き慣れた運動靴！

校外では、歩く距離も道路状況も通学路とは違います。普段から**履き慣れた運動靴が最適**です。「靴ずれが痛い」とならないように、新しい靴は、足に慣らしておいてください。



その5 必要な薬は忘れずに！



ぜん息やアレルギーなど**持病の薬、風邪薬や頭痛薬、腹痛薬などの普段飲んでいる薬がある人は、忘れずに用意**をしてください。ただし、友だちにあげたり、もらったりしないこと。

また、**乗り物酔いの心配がある人は、酔い止めの薬を必ず用意**して、乗り物に乗る30分前に飲むようにしてください。その他、ばんそうこうやティッシュ、ハンカチ、マスクは全員忘れないでください。

薬は人にあげたり、もらったりしないこと！



保護者の方へ

【旅行的行事における感染防止に向けた協力のお願い】

旅行的行事は団体で乗り物に乗ったり、施設に宿泊したりするため一人一人の感染症予防がとても大切になります。以下の点にご注意ください。

■旅行的行事に行く2週間前～当日・・・朝、晩の検温と健康観察をお願いします。

(旅行中の検温は、学校の非接触型体温計で朝、晩に行います。)

※本人がPCR検査を受けている場合 → 陰性が確認されるまで 出席停止 (旅行キャンセル)

※同居家族に発熱等の風邪症状がみられる場合

→ 当該症状がみられる者の症状が当日までに消失しなかった場合は、当該生徒は 出席停止 (旅行キャンセル)

■マスク(宿泊数分+予備)とマスクをしまっておく袋

■ハンカチ(宿泊数分)

■手指消毒やアルコール配合のウェットティッシュなど





出席停止の基準が変更になりました！

新型コロナウイルス感染症に関する対応について一部変更の通知が札幌市教育委員会より届きました。校内で新型コロナウイルス感染症が発生した場合の取扱いに関する文書については、9/15 付けで各家庭に配布しています。出席停止の基準につきましては、PCR 検査についての内容等が変更となっています。ご確認ください。なお、今後も感染状況によって変更等があるため学校ホームページや保護者メールからの情報を随時ご確認くださいませようをお願いいたします。

変更

札幌市立園・学校の子どもの新型コロナウイルス感染症にかかる出席停止の基準	
①子ども本人に感染が確認された場合	治癒するまでの間、出席停止
②子どもと同居している者に感染が確認された場合	以下のうちいずれかの間、出席停止 ・同居の患者が治癒してから14日を経過した日までの間 ・同居の患者と同居しなくなった日から14日を経過した日までの間
③子ども本人が、保健所から濃厚接触者として指定された場合	保健所からの健康観察期間が終了するまでの間
④幼児児童生徒がPCR検査を受けることになった場合 ※③に該当する場合は除く	結果（陰性）が確認されるまで
⑤子ども本人又は子どもと同居している者に、発熱等の風邪の症状がみられる場合	症状がみられる者の症状が消失するまでの間 →医療機関で別の診断がついた場合は、その診断に従う
⑥医療的ケアが日常的に必要な場合、基礎疾患等がある場合	主治医や学校医に相談の上、登校を判断する
⑦海外から帰国した場合	2週間の自宅等での待機を経ていることを確認した上で、健康状態に問題がない場合登校させてよい
出席停止にならない例 （問い合わせが多い例） ・保護者の同僚に発症者がいる場合 など。 ※③に該当する場合は除く	

2020/9/14 札幌市の状況により変更します。

現在のPCR検査の実施状況



感染症の発生を予防し、感染症の発生状況、動向及び原因を明らかにする目的で感染症法に基づいて行われる検査は、①感染が判明した者、②疑わしい症状のある者、③接触者など感染症にかかっていると疑うに足る正当な理由のある者を対象として実施されています。

このうち③には、感染者の濃厚接触者が含まれますが、必ずしもこれに限らず、特定の地域や集団、組織等で感染が広がるリスクが高いと保健所が判断した場合※にも、検査が行われています。実際に、学校で感染者が発生した場合に、保健所の判断により、濃厚接触者以外も含めた約数十人に対して検査が実施された例も複数見られています。

※特定の地域や集団、組織等において、「関連性が明らかでない患者が複数発生しているなど、検査前に考えられる陽性率が高く、かつ、濃厚接触を生じやすいなど、クラスター連鎖が生じやすいと考えられる状況にある」ような場合をいう。

文部科学省 「小学校、中学校及び高等学校等にかかる感染事例等を踏まえて今後求められる対策等について」より