

# ほけんだより

# 5月

令和5年5月  
流山市立おおぐろの森中学校  
保健室

新学期が始まって、1ヶ月が経ちました。環境が変わると素敵な出会いがたくさんありますが、ストレスや不安を感じることもあるかもしれません。ストレスと上手に付き合うには、自分に合ったちょっとした工夫が必要です。ときにはゆっくり休みながら、心の健康について振り返ってみてくださいね。



## 健康診断のお知らせ

実施日	検診	対象	備考
5月15日(月) 男子:6月29日(木)	内科検診	全学年女子	検診当日、上ジャージを持参してください。 男子は、6/29(木)に実施します。
5月16日(火)	尿検査一次	全員	朝、各教室で回収します。前日から忘れないように準備しておきましょう。提出できない人は、担任の先生か保健室に相談に来てください。
5月25日(木)	尿検査一次 予備日	一次 未提出者	朝、保健室で回収します。 各自で提出に来てください。
6月1日(木)	歯科検診	全員	朝食後の歯みがきを忘れずに行いましょう。例年、歯垢の付着で、受診の対象になる人がいます。

## 熱中症に注意!

5月に入り、気温や湿度の高い日が増えてきました。熱中症は、気温の高さだけでなく、湿度や風の強さなどが影響して起こります。暑い中、体育や部活動に参加する皆さんは、特に注意が必要です。水筒は毎日持参していますか?熱中症予防には、水分補給がとても大切です。毎日水筒を持参して、のどが渇く前にこまめに水分補給を行いましょう。



## 新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行しました

令和5年5月8日から、新型コロナウイルス感染症が、5類に変更になりました。それに伴い、下記のとおり欠席等に関する対応が変更になります。

### 1. 新型コロナウイルス感染症による出席停止の取り扱いについて

発症日(0日目)から5日間経過し、症状が軽快した後1日を経過した場合には、6日目から解除可能とする。

※登校開始の際の、治癒証明書の提出は必要ありません。

※出席停止解除後は、症状の有無に関わらず、発症から10日を経過するまでは、マスクの着用・高齢者等ハイリスク者との接触を控えることが推奨されています。

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
療養 0日目	← 1日目~4日目の間に症状軽快 →				療養最終日 ※症状軽快後 1日経過	解除

5日目まで症状が続いた場合には、症状軽快後1日経過してから解除になるため、解除日が延長します。

### 2. 欠席等の扱いについて

新型コロナウイルス感染症が流行する以前に、日常の学校生活において行われていた対応を基本とします。

- 本人が発熱やかぜ症状等で欠席した場合、出席停止になる感染症でないときは、欠席の扱いとなります。
- ワクチン接種、接種による発熱等についても、直ちに出席停止にはなりません。ただし、これについては、期日や場所の選択が困難であり、かつ接種場所までの移動時間に長時間を要する場合など、校長が合理的な理由を認める場合については、出席停止扱いになることがあります。
- 感染が不安で欠席した場合、「同居家族に高齢者や基礎疾患がある者がいる等の事情があって、合理的な理由があると校長が判断する場合」には、従来どおり欠席としない取り扱いが認められます。また、このような場合に、ICTを用いて自宅学習を行った場合の出席については、校長の判断により出席扱いとなります。
- 家族が陽性であっても、児童生徒本人に体調不良がなければ、登校が可能です。

**引き続き、発熱や咽頭痛、咳等の普段と異なる症状がある場合には、無理をせず自宅で休養しましょう。**

