

令和5年度
11月号
横芝中学校 保健室

「秋の日はつるべ落とし」ということわざを聞いたことがありますか。他の季節に比べて、秋は急速に日が暮れることを表します。また、日の入りからしばらく暗くならない薄明の時間も、秋は夏に比べて短くあつという間に暗くなります。そのため夕方は、歩行者や自転車に気づくのが遅れて、交通事故の危険性が高くなる時間ともいわれています。下校時は、しっかりとライトをつけて周囲に気を配りましょう。



思春期講演会

11月17日（金）14：30から、2学年を対象に「思春期講演会」が行われます。

講師として、東千葉メディカルセンターより助産師 上野朋子先生と假屋崎文先生がいらっしゃいます。助産師の仕事についてや、命の大切さや心と身体についてご講演していただきます。保護者の参観も可能です、ご参加お待ちしております。



感染症流行しています！

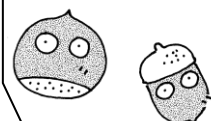
先月は、インフルエンザの影響で学級閉鎖のクラスが出ました。インフルエンザが大流行していますが、それ以外にも、新型コロナウイルス感染症や溶連菌感染症も出ています。これから気温や湿度も下がり、感染症や風邪が今以上に流行することが予想されます。手洗いや手指消毒、人の多いところに行くときはマスクをつける、換気をこまめに行うなど、感染症対策を今後もしっかりと行っていきましょう。

- ※**インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症**・・・横芝中学校のホームページから用紙をダウンロード・もしくは学校に取りに来ていただき、保護者の方が記入して学校に提出。
- ※**その他の感染症（感染性胃腸炎・溶連菌感染症など）**・・・学校で書類を作成しますので、学校に取りに来てください。

Q インフルエンザや新型コロナウイルスの検査は、

どのタイミングで実施したほうがいいのか？

A 発症してから12時間後～48時間以内が理想といわれています。
検査のタイミングが速すぎると、陽性がでない可能性があります。
少し時間をおいてから、検査キットの使用や受診をおすすめします。



提出物、忘れていた物はありませんか？

スポーツ振興センター

学校の管理下で怪我をして受診した場合は、「日本スポーツ振興センター災害給付制度」が利用できます。（初診から治癒までの医療費総額が 5000 円以上、3割負担で 1500 円以上が給付対象になります）**医療費の請求期限が、負傷月の翌月 11 日から起算して 2 年以内になります。**また、中学校の怪我は、中学校で申請する必要があります。書類がまだご家庭にある場合は、今年度中に保健室まで提出をお願いします。

健診結果のお知らせ

1 学期の健康診断で、病気・異常の疑いが見つかった際には「結果のお知らせ」を配付しています。できるだけ早めに受診し、経過・結果をお知らせください。なお、受診しても「異常なし」となることがあります。これは学校での健康診断が病気・異常の疑いがあるものを選び出すためです。ご理解・ご協力をお願いします。



管理指導票

脊柱側弯症や心疾患等の管理カードで、受診期限を過ぎても提出がない場合があります。受診がお済みでしたら管理カードを保健室まで提出してください。

まだ受診が済んでいない場合は、必ずお渡しした管理カードを持参し、主治医に記入してもらい学校に提出してください。卒業前に返却致します。



手を洗ったあと



服でふいて
いませんか?

また汚れて
しまうかも
しれません

清潔な
ハンカチで
ふきましょう

鼻が出たとき



すすって
いませんか?

鼻水の中には
ウイルスが
いっぱいです

ティッシュで
優しく
かみましょう

毎週火曜日の衛生点検で、ハンカチが×の人が多くいます。

手を洗っている場面を見ると、自然乾燥させようと手を振っていたり、なんと髪の毛で手を拭いたりする人もいました…

手に水が残ったままだと、水分が蒸発する際に皮膚の水分も一緒に蒸発し、乾燥を引き起こします。また手に水が残ったままアルコール消毒をすると、アルコール濃度が変わってしまい、十分な効果が期待できません。

毎回忘れてしまう人は、前日の夜に鞆へハンカチを入れておきましょう！