



## 入学・進級おめでとうございます。

桜の咲く季節になりました。今年度は新入生38名を迎え、全校生徒131名で令和4年度がスタートします。2、3年生の皆さんは、新型コロナの影響で、2月から部活動が中止だったため、運動不足になっていたり生活リズムが乱れていたたりしている人もいます。早く学校生活に慣れるよう「早寝・早起き・朝ご飯」を心掛けて、元気に登校してほしいと思います。また、コロナ禍が長くなり、視力低下や肥満、体力の低下などが心配されます。皆さんが健康で中学校生活を送り、健全に成長できるよう支援していきたいと思いますので、心配なことや不安に思っていることがありましたら、遠慮なく相談してください。

### 4月の保健行事

- |               |     |                 |           |
|---------------|-----|-----------------|-----------|
| 4月 8日(金)      | 全学年 | 保健調査票・健康診断同意書配付 | (14日まで提出) |
| 27日(火)        | 全学年 | 身体測定・視力検査・聴力検査  | 放課後       |
| 27日(火)~28日(水) |     | 尿検査回収           |           |

4月の保健目標 ★健康な生活を実践するための目標や計画を立てよう。

## 保健室はこんなところです。

### <保健室とは・・・>

けがの応急手当をしたり、体調の悪い人が休んだりするところです。また、それ以外にも体や心について学習したり、相談できるところです。どうぞ遠慮なく来室してください。



### <保健室でのマナー>

- ・具合の悪い人が休んでいるときは、静かにしましょう。
- ・緊急のとき以外は、休み時間や放課後に利用しましょう。
- ・保健室の備品やくすりを、無断で使用しないようにしましょう。



## 保護者の皆様へお知らせとお願い

お子様のご入学・ご進級おめでとうございます。お子さんが心身ともに健康で、安心して中学校生活が送れるよう支援していきたいと思います。どうぞよろしく願いいたします

- ★ 本日、保健連絡用封筒に入れて、「保健調査票と健康診断同意書」を配付いたしました。

14日(木)まで学級担任にご提出ください。

- ★ 本校では、引き続き新型コロナウイルス感染防止対策を行っていきます。保護者の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。・・・裏面参照

## 新型コロナウイルス感染防止対策について

感染防止対策には、保護者の皆様のご理解とご協力が不可欠です。例えば、朝の忙しい時間帯での「健康観察カード」の記入や、お子さんの体調不良による急なお迎えなど、ご負担をおかけすることが多いと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

### <朝の健康観察>

- 1 朝に自宅で検温し、「健康観察カード」に記入して担任のチェックを受ける。
- 2 登校後、朝の健康観察で体調の悪いとき、または体温が高めの場合は保健室で検温する。
- 3 発熱（37.5度）や咳などのかぜ症状があるときは、保護者の方への連絡後、早退する。帰宅後はできる限り病院へ行き、医師の診断を受ける。

### <給食時>

- 1 給食前の手洗いを徹底し、教室で手指のアルコール消毒を行う。
- 2 給食当番が体調不良の場合は配膳させない。
- 3 給食当番は必ず石けんで手を洗い、手指のアルコール消毒を行う。
- 4 給食を食べるときは、グループを作らずに前を向いて黙食する。
- 5 おかわりは、教員が分ける。



### <環境衛生>

- 1 休み時間ごとに、教室の換気を行う。（授業終了後、教科担任が声がけする。）
- 2 清掃時は必ず教室等の窓を開け、換気をしながら行う。
- 3 午前と午後に各1回ずつ、ドアノブ等のアルコール消毒を行う。

**感染症を予防するために、次のことに気をつけて生活しましょう。**

- 1 抵抗力を高めるため、日頃から十分な睡眠時間とバランスのとれた食事を摂るよう心掛けましょう。
- 2 石けんを使用して、こまめに手を洗いましょう。
- 3 休日に外出するときは、人が密集している場所や換気の悪い場所は避けましょう。
- 4 咳エチケットを心掛けましょう。
- 5 朝に体調が悪い場合は無理に登校せず、できるだけ病院へ行き、医師の診察を受けましょう。
- 6 もし、新型コロナウイルスに感染または同居している家族が感染した場合は、ただちに学校へ連絡してください。また、迷ったときは、遠慮なく電話でご相談ください。



**3つの「密」に注意！ 「密閉空間」 「密集場所」 「密接場面」**