



すこやか

白石市立小原小・中学校
令和2年4月8日
ほけんだより NO. 1



新入生を迎え、新しい学年で学校生活が始まりました。

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、長い休みが続きましたが、どんな生活をしていましたか？

日々増えていく感染者の数などに、不安を感じていると思います。学校でも再開するにあたり、手洗いや換気・消毒の徹底等、感染予防に努め、小中学生全員が心身共に健康に過ごすことができるように見守っていきたいと思います。

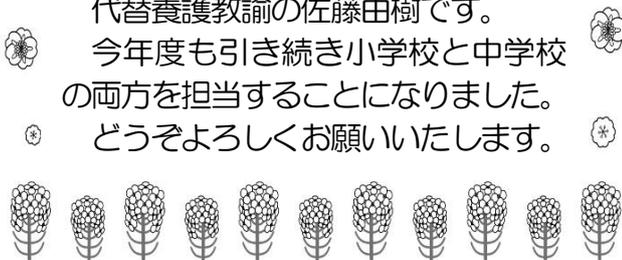
次ページ以降、新型コロナウイルス感染防止に向けての内容を載せましたので、確認をお願いします。



代替養護教諭の佐藤由樹です。

今年度も引き続き小学校と中学校の両方を担当することになりました。

どうぞよろしくお願いいたします。



保健調査票の記入をお願いします

本日、名前シールが貼られたファイルの中に保健調査票を入れて、全員に配付しました。このファイルは、保健関係の文書のやりとりを行うために使用します。

【保健調査票について】

小1

全ての基本情報及び健康状態について該当の欄に記入してください。

小2～中3

- ・すでに記入しているところで、変更箇所がある場合は、訂正をしてください。
- ・最近の健康状態について、該当学年の欄に記入してください。

【検診事前調査票について】

歯科検診・結核検診・運動器検診・

耳鼻科検診については、検診日程が決まり次第、配布する予定です。

【各種検診について】

○尿検査→4/15(水)に容器を配布し、

4/16(木)に回収する予定です。

○身体計測および他各種検診については、現段階では未定です。日程が決まり次第お知らせいたします。

保健調査票は、学校での健康管理や健康診断の際に使用させていただきます。

お忙しいところお手数をお掛けしますが、4月15日(水)までに担任に提出をお願いいたします。今後も事前調査票を記入していただく機会が多くなると思います。引き続きご理解とご協力どうぞよろしくお願いいたします。



※昨年度に引き続いて今年度もお世話になる校医の先生方をご紹介します。

- ★内科：白石今野医院 今野 英繁先生
- ★歯科：高橋歯科医院 高橋 浩太郎先生
- ★眼科：おおはし眼科 大橋 利史先生
- ★耳鼻科：おおぬまクリニック 大沼 秀行先生
- ★薬剤師：白石薬局 石川 正和先生

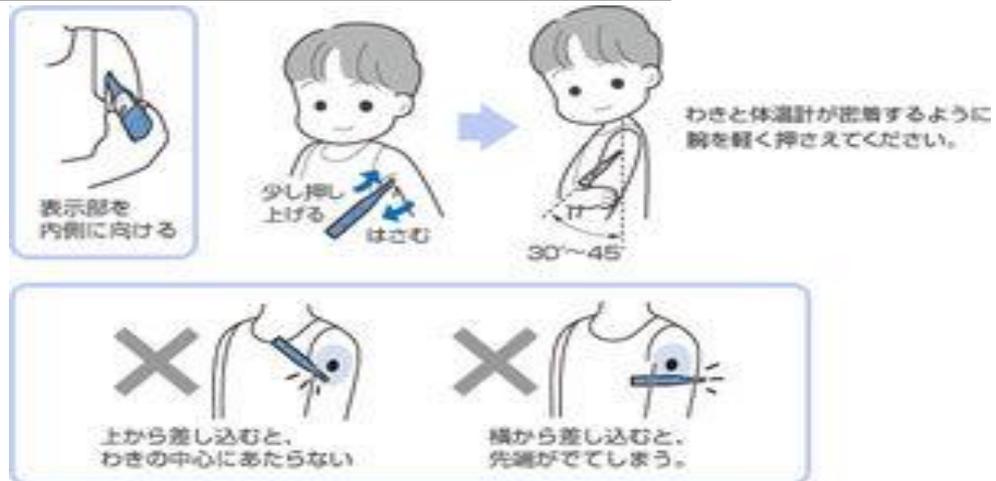


新型コロナウイルス感染症に伴う対応について

★朝の健康観察について

- 本日、健康観察カードを配布しましたので、毎日登校前に家庭で、検温および風邪症状や発熱、倦怠感等の有無の記載をお願いします。
- 検温や健康観察ができなかった場合には、学校で検温等を行います。
- 発熱や咳、倦怠感等の風邪症状がある場合には、無理をさせず、自宅での休養をお願いします。

※なお、15日（水）の学校再開までは、日々の健康観察として、記録をお願いします。提出は、登校日となる15日（水）に担任まで提出してください。



参考:「オムロン わき式体温計の正しい測り方」

★マスクの持参について

- マスクの持参のご協力をお願いします。（学校からは体調不良時のみ配布します。なお、手作りマスクの作り方については、次のページに載せましたので、参考にしてください。文部科学省のHPで紹介してあります。）



正しいマスクの着用



★規則正しい生活について

- 抵抗力を高めるため、十分な睡眠・バランスのよい食事・適度な運動（家でストレッチなど）を心がけましょう。



★石けんでの手洗い

- ・登校後は、運動や遊んだ後、給食の前、帰宅後など、こまめに石けんで手を洗いましょう。※ハンカチ・ティッシュの持参をお願いします。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのばすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

★3つの条件が重なる場所について



この3つがそろると、
集団発生につながりますので、避けるように
しましょう。

☆以下に該当する場合はコールセンターにご相談ください。

- ①風邪症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続くとき
 - ②強いだるさや息苦しさ（呼吸困難）があるとき
- ※宮城県新型コロナウイルス感染症電話相談窓口（コールセンター）
●022-211-3883（24時間受付）

☆新型コロナウイルス感染症にかかっていることが分かった場合は、学校に連絡してください。

（小原小中学校 29-2026/29-2027）



学校においても、手洗いや咳エチケットなどの感染予防の声かけ、ドアノブやスイッチ等、共用箇所の消毒、休み時間ごとの換気等、感染予防対策を行っていきます。
引き続き、ご理解とご協力のほうよろしくをお願いします。