

保健通信

5月号

茨城県立水戸農業高等学校 保健室 令和5年5月26日



新学期が始まって1ヶ月半が経ちました。新しい環境に慣れて、緊張が少しほぐれてくる頃かもしれません。しかし、緊張が解けて気持ちが緩むと、急に疲れを感じて体調を崩したり、思わぬ怪我をしてしまうことがあります。



保健室からのお願い

保健室は、健康診断・健康相談・保健指導・救急処置その他の保健に関する措置を行うためにあります。みなさんの健康を心身の両面から相談・支援していく場所です。

他の利用者に迷惑をかけないようにしてください。また、保健室を利用するときには、養護教諭や担当教員の指示に従ってください。

保健室利用の心得

1. 緊急時以外は、休み時間に利用しましょう。
2. 授業時間に利用する場合は、担任の先生や授業担当の先生に伝えましょう。無断で授業を休まない。
3. 利用する場合は、来室記録表に必要事項を記入します。
4. 保健室での休養は、1時間を目安とします。
5. 保健室内では、原則としてスマートフォン等の電源を切ってください。

新型コロナウイルス感染症の位置づけが5月8日から“5類感染症”になりました！！

新型コロナウイルス感染症が拡大してから3年が経ち、『5類感染症』になったことで、感染対策が緩和されて、行動範囲が広がりました。

『5類感染症』になったことで今までの対応が「変わったこと」と「変わらないこと」があります。どのように変化したのか、確認しましょう！

出席停止の取り扱いについて

コロナに感染したら…

出席停止

『発症後7日』



『発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで』

に期間が変更になりました。

- 発熱など普段と異なる症状がある場合
- 同居の家族が感染した場合
- 家族に発熱などの症状がある場合



欠席・欠課

今までは、感染していなくても『出席停止』になることがありましたが、5類感染症になったため、原則として**感染した場合のみ**出席停止が適応されます。

感染対策について

せきエチケット

マスクの着用が任意になりました！！

- ・せきが出そうなときは、手やハンカチなどで口を覆う。
- ・症状がある場合や、医療機関、混雑している電車などでは、状況に応じてマスクを着用する。



手洗い・うがい

- ・手洗い、うがいは、基本的な感染対策の1つです。何かに触れた後、食事の前などに手洗い、うがいを心がけましょう！



換気

天候に左右される日もありますが、換気はこれまでと同様に続けましょう！！

健康観察

- ・まずは、登校前に家で検温や体調のチェックをするようにしましょう。体調が悪い場合は、無理しないようにしてください。
- ・朝のSHRでの検温がなくなりました。登校後に体調が悪くなったなら、担任や養護教諭に相談してください。

