



新1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。新2・3年生の皆さん今年度もよろしくお願ひいたします。さて、新学期がスタートしました。なかなか収束に向かわない新型コロナウイルス感染症…体調管理・手洗い・水分補給・マスクの着用など基本的なことをしっかり守ることは、今年度も継続して行いましょう。油断は禁物です。自分自身・周りの友達や家族・社会を守る(自助・共助・公助)ためにも、1人1人が気をつけていきたいですね。

これからの学校生活、楽しく元気にがんばっていきましょう。★保健室から皆さんを応援します★

新学期疲れにならないために 意識して心と体をリフレッシュさせて

1日に数分でも好きなことをする ストレス解消! 	いつでも笑顔で。とにかく笑ってみる 笑う前には福来たる ほはほはほ 	ゆるめのお風呂にゆっくりつかる 疲れがとれるよ 	生活のリズムをみださない 朝食がポイント!
--------------------------------	---	--------------------------------	------------------------------

【保護者の皆様へ】 ●ご一読ください

○子どもの健康を守ります。

✓ **保健関係の書類**

たくさん記入事項があり申し訳ありません。お子さまの普段の健康状態について、一緒に話しながらご記入ください。

○給付金を請求できます。

✓ **日本スポーツ振興センター給付金の請求**

学校生活の中でケガをして受診すると、災害給付金の請求ができます。
・授業中、休み時間中、学校行事、部活動、登下校中などのケガなど
・窓口での支払いが、1,500円以上(自己負担3割で)この2つが請求の条件です。



○出席停止となります。

✓ **学校感染症について**

病院で「学校感染症」と診断されたら、学校までお知らせ下さい。出席停止となります。登校の際は、「登校許可証明書」・「インフルエンザ経過報告書(保護者記入)」を提出してください。(様式は学校ホームページにもあります)

学校感染症 インフルエンザ・百日咳・麻疹・流行性耳下腺炎・風しん・水痘・咽頭結膜熱・結核・
髄膜炎菌性髄膜炎・腸管出血性大腸菌感染症・流行性角結膜炎 など

重要! ※新型コロナウイルス感染症に関する事項(濃厚接触者・陽性となった・その他気になる事)は、速やかに学級担任へご報告(電話連絡)をお願いいたします。

★★新型コロナウイルス感染防止のため引き続き守って欲しいこと★★

(保護者の皆様も一緒にご確認お願い致します。)



◎登校前には、引き続き健康観察の徹底をお願いします。風邪・発熱症状がみられる際は登校を控えるようにして下さい。(地域の感染レベルが2・3の場合、本人だけでなく同居する家族が風邪症状の場合でも出席停止となります。)

※登校の際は、教室に入る前に「健康観察シート」の提出をします。(保護者の皆様の確認をお願い致します)

○手洗い・咳エチケット・必要な場面でのマスク着用の徹底を引き続きお願いいたします。

手洗いは、登校時・給食の前後、外から教室に入る時・トイレの後は特に念入りにしましょう。

アルコール消毒は、手洗いが出来ないときには有効ですが、基本はこまめな手洗いが重要です。



○新型コロナウイルス拡大防止の観点から、冷水機の使用を控えるようにお願いします。水分補給は、マイボトル(ペットボトル可)(水・お茶のみ)を持参して、休み時間の度にこまめに行うことを奨励します。

(感染症の予防や、熱中症予防、健康管理に有効です)

※ただし、授業中は、飲まない。机の上に置かずきちんとしまう、人の物と区別する等のルールを守ること。

○ハンカチやタオルを持参して、手洗いの際にしっかりと拭きましょう。衣類で拭いたり、濡れたままにしておくと、せつかくの手洗いが台無しになってしまいます。

令和3年度 定期健康診断日程

- | | | |
|----------|----------------------|---------------------|
| 4月15日(木) | 視力(全学年) | 【メガネ・コンタクト装着を忘れず!】 |
| 4月16日(金) | 身長・体重(全学年)・聴力(1年&3年) | 【ジャージ・トレパン登校】 |
| 4月19日(月) | 尿検査① | 予備日 5月20日(木)・21日(金) |
| 4月20日(火) | 尿検査② | |
| 4月21日(水) | 尿検査③ | |
| 5月6日(木) | 心電図検査(1年のみ) | 【ジャージ・トレパン登校】 |
| 5月7日(金) | 歯科検診(3年) | |
| 5月11日(火) | 〃(2年) | |
| 5月13日(木) | 〃(1年) | |

++健康診断は自分の体と向き合い++
健康について考える大切な時間です



6月16日(水)・17日(木)
内科検診【ジャージ・トレパン登校】
～詳細は改めてお知らせします～

■□■□ 「健康診断ってなんのためにやるの」 ■□■□

健康診断は、みなさんが健康で安全に学校生活を送るためにどこかに病気や異常がないか調べるために行います。健康診断で自分の身体の様子を知り、「自分の身体に関心を持って、自分の健康について考える」機会にしてほしいと思います。健康診断が予定されている日は、なるべく欠席しないようにしたいですね

令和3年度 首里中学校の学校三師を紹介します(学校医・学校歯科医・学校薬剤師)



【金城 盛男先生】
(首里内科クリニック)
主に、内科検診や臨時の健康診断でお世話になります。昨年に引き続きよろしくお願いします。



【外間 宏正先生】
(ほかも歯科クリニック)
主に、歯科検診でお世話になります。昨年に引き続きよろしくお願いします。



【野村 久子先生】
(こくら虹薬局)
今年度からお世話になります。学校環境衛生の様々な検査やアドバイスを頂きます。