

ほけんだより



令和3年6月15日

立川市立立川第二中学校

校長 飯田 芳男

養護教諭 宿村 綾子

気温、湿度も上がって初夏を思わせる季節になりました。日中に25℃を超える日も多くなってきたので、熱中症を予防できるよう、学校生活では水筒、タオルの準備をしましょう。

引き続き、感染症対策として毎朝の検温や健康観察、石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる消毒の励行をお願いします。

【6月 健康診断日程】

日程	検診	対象学年	会場	備考
6月17日(木) 13:30~	内科健診	1年全	保健室	ジャージ登校

☆☆☆ 6月の保健目標 ☆☆☆

歯・口の健康に心がけよう！！



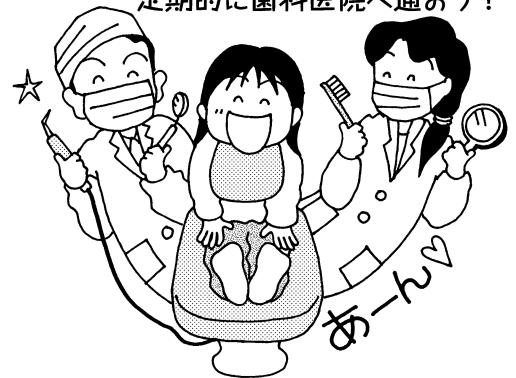
むし歯は、自然に治ることはないので、できるだけ早く治療することが大切です。中には、歯科医院に行くのが面倒だったり、治療を受けるのが怖かったりして治療しない人がいますが、むし歯を放置するのはとても危険なことです。

経過観察となっている場合は、かかりつけ歯科医の指導や継続的な管理が必要です。特に歯垢・歯肉炎については、丁寧な歯磨きと生活習慣の見直しをすることで、すぐに改善します。

部活動や塾など、忙しい毎日を過ごしていると思いますが、まずは受診する機会を作ってください。6月15日現在、すでに29名の生徒が歯科医院へ受診し、治療済み証を提出してくれました。意識が高いですね。夏休み等も利用して早めの受診をお願いします。

治療から予防へ…

定期的に歯科医院へ通おう！



6月7日から教育実習生が来ています！！

～実習生より～

◆新型コロナウイルスに伴う出席停止について◆ (以下の場合には出席停止になります)

- 生徒の感染が確認された場合 (治癒するまで)
- 生徒が保健所から濃厚接触者として特定された場合 (期間は保健所と相談)
- 生徒が海外から帰国した場合 (帰国後2週間)
- 感染の流行に対して、その予防のために欠席する場合
- 家庭内で感染者、濃厚接触者が出た場合
- 生徒に発熱等風邪の症状が見られ欠席する場合

- 発熱、頭痛、腹痛、吐き気、下痢などの症状がある
- 強いだるさや息苦しさがある
- 咳が出る
- のどが痛い
- 鼻水が出る
- 顔色が悪い
- 食欲がない
- など

* 欠席する場合は、必ず保護者が学校へ連絡をしてください。

熱中症注意報
発令中!!

熱中症になると、体内の水分不足から、頭痛や発熱、動悸、けいれんなどの症状を引き起こします。重症の場合は命にも関わる大変危険な病気です。熱中症にならないように次のことに気をつけて!



しっかり睡眠☆



! 規則正しい生活で
体調管理



! 水分を多めにとる



! 運動するときにはこまめに休憩をとる



! 体調の悪いときは無理に運動しない

※もしも熱中症かなと感じたら、風通しのよい日かげで休みましょう。症状が重いときにはすぐに先生を呼んで病院へ!

保護者の皆様へ

- 健康診断の結果、専門医での検査や治療が必要な生徒には、「受診のお知らせ」をお渡ししています。受診しましたら、学校へ「治療済証」の用紙を提出してください。
- 学校の管理下で起きた事故やけがの医療費は、スポーツ振興センターに申請することによって4割の返金があります。(提出から3~4ヶ月かかります。)部活動等での通院も対象です。必要書類をお渡ししますので、受診されましたら速やかに顧問または保健室までご連絡ください。
- 学校で発熱等が見られた場合は、緊急連絡先にご連絡をします。連絡がとれるようにご準備ください。連絡がとれましたら保護者確認の上、自宅へ帰しますので経過観察をお願いします。発熱等が継続する場合は、かかりつけ医へ受診してください。引き続き、ご家庭でPCR検査を受ける際には、学校までお知らせください。よろしくお願いいたします。