

保健だより 9 月



令和4年8月31日

渋川青翠高等学校 保健室

県内の警戒レベル2を維持～リスクの高い場所への外出は十分注意～

新型コロナウイルスの第7波による感染拡大が続いています。大都市では、医療機関がひっ迫し、受診できなかつたり、救急搬送してもその受け入れ先が見つからなかつたり等、命に関わる事態も報道されています。この様な社会状況のなか、2学期が始まります。私たちは、これらの状況をよく踏まえ、熱中症にも気を配りながら、人と人との距離が保てない（2mが目安）場所や飛沫がかかる様な場面でのマスク着用、感染対策がなされていない場所に近付かない等の感染対策にも努めて生活していかなくてはなりません。コロナと厳しい残暑のなか、両方に留意していくことは難しいと思いますが、優先順位（一番は命を守ることです）を意識し、適切な行動選択をしていきましょう。

新型コロナウイルス感染症の受診や検査等に関する問い合わせ先

県受診・相談センター

【24時間対応】

☎ 0570-082-820



前橋市、高崎市に在住の方は

居住地の保健所へ相談

前橋市保健所：【毎日】午前8時30分～午後9時00分

☎ 027-220-1151

高崎市保健所：【平日】午前8時30分～午後5時15分

☎ 027-381-6112

※上記以外の時間帯 県受診・相談センター

☎ 0570-082-820

新型コロナウイルス感染症に関して、濃厚接触者となった場合やPCR検査を受けた場合で、夜間や休日等で学校（担任・顧問）に連絡が取れない場合には、本校ホームページの『新型コロナウイルスに関する学校への連絡』から、連絡をお願いします。

保護者の方へ

修学旅行前・マラソン大会事前健康相談について

2学期には、マラソン大会（11/10 開催予定）が予定されています。マラソン大会を安全に実施するため、体育科の授業においても、9月中旬より、授業でマラソンを開始します。また、第2学年においては、3泊4日の修学旅行も計画されています。

これらの行事を安全に実施するため、本校では、内科校医（齋藤 修一先生）による健康相談を希望者対象に実施します。健康相談を希望するお子様は、事前に配布する希望調査にご記入の上、担任まで提出してください。

また、心臓検診や腎臓検診（尿検査）において、二次・定期検診がまだ済んでいないお子様については、早めに受診を済ませていただき、結果を学校（担任）へ提出してください。未提出のお子さんについては、健康相談を希望しない場合であっても健康相談を受けていただくこととなりますので、あらかじめご了承ください。



健康相談実施日時

10月6日（木） 13：40～

対象：希望者

新型コロナウイルス感染症に係る出席停止・公欠願について

以下の理由で学校を欠席、遅刻・早退する場合には、左の様式に保護者が記入の上、学校（担任）まで提出していただく必要があります。様式は学校にあります。本校ホームページからダウンロードもできます。

新型コロナウイルス感染症に係る出席停止・公欠願

申請日 令和 年 月 日

流川青翠高等学校校長 様

学年 組 番

生徒氏名

保護者氏名 印

下記により、出席停止扱いにさせていただきますようお願いいたします。

記

1. 期間 令和 年 月 日（ ） 1日 ・ 校時 から
令和 年 月 日（ ） 1日 ・ 校時 まで

2. 理由 発熱、あるいは風邪症状（咳いも含む）により医療機関を受診したため
（体温 ℃）
証明書は裏面添付

感染レベルにかかわらず、上記以外該当するものに○をつけ、必要事項を記入してください。

<input type="checkbox"/>	本人感染
<input type="checkbox"/>	濃厚接触者（誰の： ）
<input type="checkbox"/>	家庭内に感染者・濃厚接触者（誰の： ）
<input type="checkbox"/>	ワクチン接種のため（ 1日 ・ 校時より早退・ 校時より遅刻）
<input type="checkbox"/>	副反応（接種日 月 日 体温 度・ 頭痛 ・ 倦怠感 ・ その他： ）
<input type="checkbox"/>	本人または同居家族に基礎疾患があり、重症化リスクが高いため
<input type="checkbox"/>	その他（ ）

校長	教頭	担任

教務主任	教務係

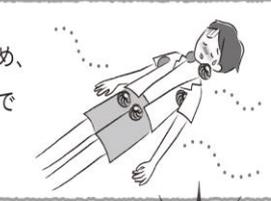
※11時までに教頭へ提出すること（担任→教頭→校長→教務主任→教務係）

- 1 本人感染
- 2 濃厚接触者
- 3 家庭内に感染者・濃厚接触者
- 4 ワクチン接種
- 5 副反応
- 6 本人または同居家族に基礎疾患があり、重症化リスクが高い
- 7 その他

ご注意ください

- ◎「ワクチン接種」を理由とする公欠願は、接種日前（早めに）担任へ提出してください。
- ◎自宅待機や自宅療養を終え、登校再開するにあたっては、登校再開初日に担任へ本様式を提出してください。
- ◎県内の警戒レベル0・1の場合は、本様式の裏面に、薬袋や医療機関の領収書の写しを添付してください。

熱中症 症状別重症度

<p>I度</p> <p>めまいや立ちくらみ こむら返り 手足のしびれ など</p>	<p>→</p> <p>涼しいところで休ませ、 水分・塩分を 補給する</p>	
<p>II度</p> <p>吐き気 体がぐったりする 力が入らない など</p>	<p>→</p> <p>衣服をゆるめ、 氷のうなどで 体を冷やす</p>	
<p>III度</p> <p>全身のけいれん 呼びかけへの反応がおかしい まっすぐ歩けない など</p>	<p>→</p> <p>すぐに 救急車を呼ぶ</p>	

まだまだ暑さへの注意が必要です

今年は残暑も厳しいと予想されています。マスクを着用している場合、熱を呼気からうまく逃がすことができず、熱が体にもこもってしまい、熱中症のリスクを高めます。場面に応じてマスクをこまめに外す等の予防対策を行ってください。水分補給も十分に出来る様、必ず水筒（ペットボトル等）を持参してください。

マスク着用の必要がない場面

- 屋外**
 - ・人との距離が確保できる場合
 - ・人との距離が確保できなくても、会話をほとんど行わないような場合
 - <例> 離れて行う運動や移動、
 - 鬼ごっこなど密にならない外遊び
 - <例> 屋外で行う教育活動（自然観察・写生活動等）
- 屋内**
 - ・人との距離が確保でき、
 - 会話をほとんど行わないような場合
 - <例> 個人で行う読書や調べたり考えたりする学習

