

保護者様もご一読ください

保健だより* 9月22日号



2022年9月22日
常翔学園中学校・高等学校
保健室

少し涼しくなる秋への変わり目、昼と夜の寒暖差も大きくなっていきます。
天気予報や気温を確認し、上手に衣服と寝具の調整をしましょう。

健康観察のお願い

裏面は10月の健康観察シートとなっています。毎朝の検温と健康状態の確認をお願いします。

次の場合は、必ず学校に連絡のうえ、家庭での休養・受診をお願いいたします。

■本人に発熱・咳などの風邪症状がみられる場合

■本人の感染が判明または、濃厚接触者と認定された場合

陽性と判明した場合の待機期間につきましては、受診された医療機関等で指示を受けるようお願いいたします。

ながらスマホは視界の95%が見えていない!



最近、こんな事故が増えています

横断歩道で、向かってくる歩行者と正面からぶつかった

エスカレーターの降り口で転倒した

普通なら起こらないはずのこれらの事故には、“あるもの”を見ていたという共通点があります。そう、「スマホ」です。

スマホを見ながら歩く“ながらスマホ”では、視界が20分の1にまで狭まるそうです。

これは、視界の95%が見えていないということ。

“ながらスマホ”では「危なかった!」では済まされない、命に関わる事故も多発しています。

ちょっと見るだけ——が、事故やケガにつながる危険があることを忘れないで。



特に自転車に乗りながらのスマホ操作は絶対にしないでください。

高2のみなさん、保護者の皆さまへ 研修旅行に向けての準備は進んでいますか?

<持病やアレルギーがある場合>

旅行前にかかりつけ医を受診してください。研修旅行期間中に必要な薬を処方してもらいましょう。

<必要な薬は各自用意すること>

飲み慣れた解熱鎮痛剤、胃腸薬、酔い止め、持病の薬などを持参しましょう。

<旅行前に体調が悪いときは>

必ず病院を受診しましょう。新型コロナウイルス感染症では、急に高熱が出る場合があります。

当日の朝であっても、風邪症状や発熱がある場合は参加を取りやめてください。

<旅行中の注意>

こまめに手洗いをし、飲食の際は黙食しましょう。

一人一人が感染対策を心がけ、楽しい旅にしましょう。

<健康上相談したいことがある人>

早めに保健室に相談しに来てください。



≪ 健康観察シート 10月 ≫

- ・毎朝に検温をして記録をとり、この用紙を4週間はご家庭で保存するようにしてください。
- ・風邪の症状や発熱があるときは登校日であっても登校は控えてください。
- ・ご家族に上記の症状がある場合は備考欄に記入をお願いします。

日付	曜	検温記録	健康状態 / 備考 (特に問題がなければ記入しなくても構いません)
		(毎朝)	
10/1	土	. °C	
10/2	日	. °C	
10/3	月	. °C	
10/4	火	. °C	
10/5	水	. °C	
10/6	木	. °C	
10/7	金	. °C	
10/8	土	. °C	
10/9	日	. °C	
10/10	月	. °C	
10/11	火	. °C	
10/12	水	. °C	
10/13	木	. °C	
10/14	金	. °C	
10/15	土	. °C	
10/16	日	. °C	
10/17	月	. °C	
10/18	火	. °C	
10/19	水	. °C	
10/20	木	. °C	
10/21	金	. °C	
10/22	土	. °C	
10/23	日	. °C	
10/24	月	. °C	
10/25	火	. °C	
10/26	水	. °C	
10/27	木	. °C	
10/28	金	. °C	
10/29	土	. °C	
10/30	日	. °C	
10/31	月	. °C	