

# 保健便り

2021/10/4 駒苫高保健室



期間休業が終了し、後期が始まります。緊急事態宣言も解除になり、生活上の制限が少し緩和されます。が、新型コロナウイルスが消えてしまったわけではないので、日常の基本的な感染予防行動は、気を許さず実行をお願いします。

## ＜家でも学校でも私たちができる感染対策＞



### マスクの着用

(デルタ株へは不織布マスクをおすすめします)



### 手洗い

(石けんを使用)  
登校時、帰宅時、食事前、トイレ後は必ず！



### 換気

自宅でも学校でも常に換気が必要



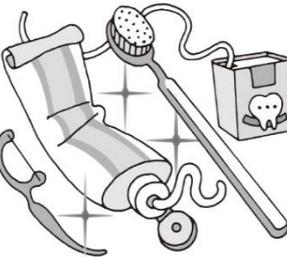
### 体調確認、体温測定忘れずに！



### アルコール消毒



### タオルやハンカチは共有しない

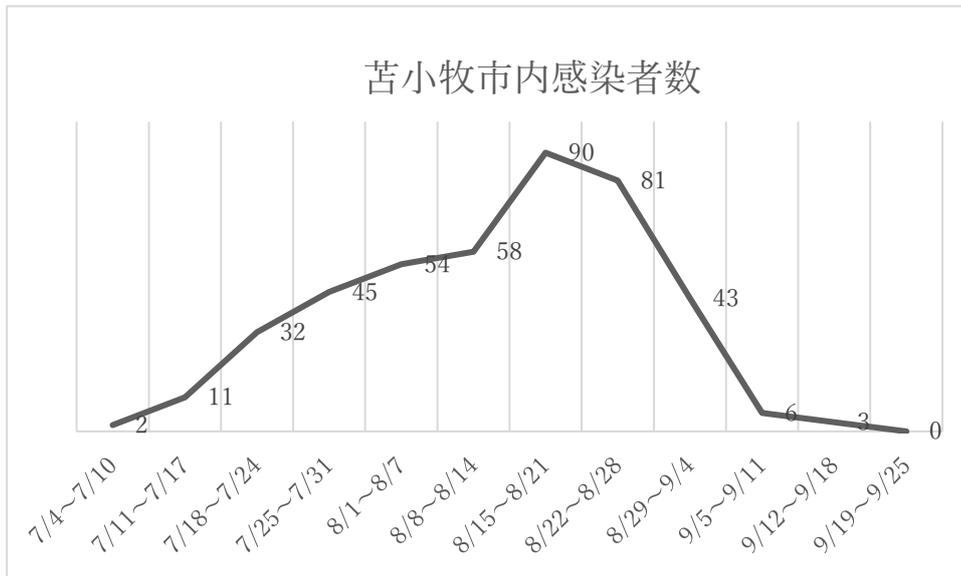


### はみがき粉やコップも個人で使おう！



### 黙食

よくかむ・ひまつ防止  
ぼうし  
前を向いて、話をせずに食べましょう  
くちをとじてたべよう



左のグラフは、苫小牧市内の7月からの感染者数です。  
このまま、ゼロが続くことを、願っています。

緊急事態宣言後、市内の感染者も激減しました。そして、宣言も解除されました。しかし、ここで安心してしまうと、また感染者の増加と言う事態になりかねません。これから、寒さの増す季節となり、体調を崩しやすくなります。学校はもちろん、家庭でも、感染対策を続けながら、健康管理をしていきましょう。

#### 〈生徒のみなさんへのお願い〉

- ・体調がいつもと違うときは、また家族に風邪症状の方が出たときは、自宅で休みましょう（その際は、必ず保護者から担任の先生への連絡をお願いします）
- ・微熱、発熱があった場合は、いったん解熱しても、また熱が出ないか様子をみましょう
- ・人と話すときは、マスクを必ず着用しましょう
- ・学校で風邪症状がでた場合には、我慢せず担任の先生に相談するか保健室にきてください（風邪症状がある場合は、早退し自宅で静養していただきます）

#### ワクチン接種について

学校での接種を申し込んでいる人は、接種券が届き次第、「接種券番号」を担任に報告してください。

#### 2年生のみなさんへ

見学旅行に参加する人は、マスク、体温計(持参できる人はマイ体温計をもちましょう)、常備薬等の準備を忘れずをお願いします。

#### 日本スポーツ振興センターの手続き(医療費の給付を受けるための手続き)について

9/27、9/28と競技会がありました。ケガをして受診した人は、領収書を持参して保健室に来てください。

部活動や授業、休み時間、登下校などでケガをして受診した人には、領収書を持って保健室に行くよう、担任や顧問から話していただいています。できるだけ早めに保健室まで連絡ください。

#### 手続きの大まかな流れ

