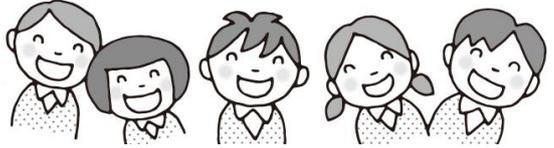


保健だより No.2

令和5年5月8日(月) 宮城県第二工業高等学校 保健室



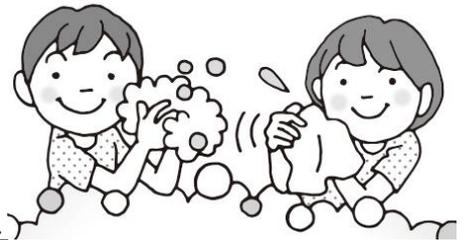
5月8日以降の新型コロナウイルス感染症対策について ～法律の改正と学校における感染症対策の考え方～

新聞やニュース等で報道されているとおり、新型コロナウイルス感染症は法律上の5類感染症に移行となりました。

《5類移行後においても、平時から求められる感染症対策についてのポイント》 ～学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル(2023.5.8～)より抜粋～

① 感染症を正しく理解し行動しよう

★感染リスクを自ら判断した上で、清潔なハンカチやティッシュ、
(必要に応じて)マスクやマスクケース等を準備し持参してください。



※マスクは個人の判断です

② 自分の健康状態を把握しよう

★発熱や咽頭痛、咳等の普段と異なる症状がある場合などには無理せず、
自宅で休養して様子を見てください。(※症状を区別することは困難な場合もあることから、軽微な症状があることで登校を制限するものではありません。)

③ 学校で体調不良になったら

★登校後、発熱等の症状が見られる場合には、症状が軽快するまで自宅で休養するように指導します。また、症状の悪化や続いている時は受診をお勧めするなど、状況に応じた対応を実施していきます。

④ 換気について

★可能な限り、常時換気をお願いします。廊下側と窓側を対角に開けることで、効率的に換気することができます。
(窓を開ける幅は、10cm～20cm程度が目安) ※換気の確保は引き続き有効な感染症対策となります。

⑤ 手洗いについて

★手指消毒は、流水での手洗いができない際に、補助的に使用します。基本的には、流水とハンドソープで30秒程度かけての丁寧な手洗いをお勧めします。(手荒れなどの心配がある場合は、流水でしっかり洗いましょう。)

⑥ 咳エチケットについて

★咳やくしゃみをする際は、ティッシュやハンカチで口・鼻をおさえ、周りの人に飛沫を飛ばさないようにしましょう。



新型コロナウイルス感染症に係る出席停止について (令和5年5月8日から施行)

学校保健安全法施行規則の一部改正により、第二種の感染症に追加されました。出席停止期間は、「発症した後五日を経過し、かつ、症状が軽快した後一日を経過するまで」となります。
(※発症した日の翌日から起算)

(※症状が軽快→解熱剤を使用せず解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあることを指す、症状が軽快した日の翌日から起算)

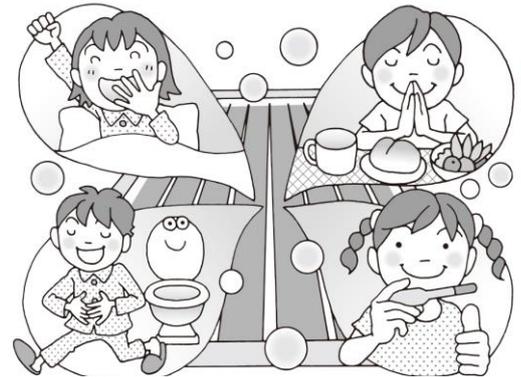
●濃厚接触者の取り扱いについて

令和5年5月8日以降は、濃厚接触者としての特定は行わないこととなり、従前であれば濃厚接触者として特定された場合でも、
新型コロナウイルス感染症の感染が確認されていない場合は、直ちに出席停止の対象とはなりません。

からだところろの健康は規則正しい生活習慣がとても大切です

新学期から1ヶ月が経ちました。ゴールデンウィークはゆっくり休めましたか？新しい環境にも少しずつ慣れ、様々な学校生活の疲れが出てきて体調を崩しやすい時期です。からだところろの健康を保つには規則正しい生活習慣がとても大切です。食事・睡眠・休養を意識した生活を心がけてください。

心配なことや困っていること、悩みなどがあるときは、担任の先生や話しやすい身近な人に話してみましょう。カウンセラーや保健室の利用も必要なときに活用してください。



●5月のカウンセラー来校日 5月22日(月)
利用時間(15:00~20:00)



テレビ



タブレット



スマホ



ゲーム



寝る前に
OFF

メディアの画面から出る光は、眠りの質を悪くします。
ぐっすり眠るためにも、寝る1時間前*にはしっかり「OFF」!

※日本眼科医会 HP「こどもの目」より

《各種検診後、結果お知らせを配付しました》

4月に実施した健康診断の結果、所見のあった生徒のみなさんに受診のお勧めを配布しています。

学校の検診はスクリーニング検査（疾患が疑われる人を発見し、疾患の早期発見治療につなげるための検査）のため、必ず専門医の検査を受けるようにしてください。（医療機関を受診し「異常なし」と判断される場合もあります。）

症状が進んでひどくなる前に、早期に対処することで治療が軽く済む場合も多いので、なるべく早く受診しましょう。



○受診が終わったら受診報告書を保健室まで提出してください。