

ほけんだより 9月

令和5年9月8日（金）
金沢西高等学校 保健室

西高祭の2日間、校内にはいつも以上に皆さんのエネルギーがあふれていました。1年生の創造空間、2年生のダンス、3年生の模擬店。各クラスの創意工夫の結晶を楽しめましたね。

暑い中での開催でした。1,2年生の保健委員は、模擬店の衛生チェックや校内各所の暑さ指数等の環境チェックを行いました。



暑い中でも、マスク、エプロン、
三角巾をしっかりとつけて
頑張りました！



模擬店に向け、3年生は食品衛生について講習を受けました。

食中毒は年間を通して発生します。『つけない・ふやさない・やっつける』の3原則で対策を心掛けましょう。



病院、行けた？



夏休み中に眼科受診、歯科受診は終わりましたか？

受診が済んだ人は結果を保健室に提出して下さい。結果の提出がない人は、個別に受診状況を確認します。

視力の低下や虫歯・歯肉炎は、残念ながら自然治癒はのぞめません。悪化する前に必ず受診しましょう。

	1年生		2年生		3年生		全学年	
	未受診 (人)	受診率 (%)	未受診 (人)	受診率 (%)	未受診 (人)	受診率 (%)	未受診 (人)	受診率 (%)
視力	84	23.6	61	18.7	39	20.0	189	21.3
歯科	47	29.9	58	38.3	38	38.7	143	35.9

本校において、インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症が流行しています。1年、2年(一部のクラス)で臨時休校となりました。

いま一度、感染症対策を確認しましょう。

手洗い 手指消毒

- ・外から屋内に入ったとき
- ・食事の前後
- ・咳やくしゃみ、鼻をかんだ後など

咳エチケット

- ・咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえる

マスクの 着用

- ・着用は個人の判断ですが、感染リスクの高い場面ではお勧めします
- ・もし忘れた場合は、購買で購入できます

換気

- ・教室の二酸化炭素モニターを活用しよう
目安は1000bpm以下

体調管理

- ・十分な睡眠、バランスのとれた食事で免疫力を高めよう

健康観察

- ・登校前には健康観察を行い、症状がある場合は無理をしない
- ・登校後、Chromebookで健康観察を入力する

学校感染症に罹患した場合、出席停止となります。

必ず『感染症による欠席届』を提出して下さい。

※その際、医療機関の領収書や薬剤指示書の写しが必要となります。

※自宅での検査で新型コロナウイルス感染症が判明し、その後受診しなかった場合はご相談下さい。