



保健だより

R2.4.20

保健厚生部保健係

本年度は新型コロナウイルス感染症予防のため、自宅学習となり、いつもとは違う高校生活を不安の中で送られていることと思います。学校での生活を楽しめる日が来ますので、生活のペースを乱さずに、今はそれぞれがこれからの進路に向け、勉学に励んでください。

新型コロナウイルス感染症について(厚生労働省のサイト参照)

問1 熱や咳があります。どうしたらよいのでしょうか。

咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手でおさえると、その手で触ったドアノブなど周囲のものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他者に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。

発熱などのかぜ症状について、現時点では新型コロナウイルス感染症以外の病気による場合が圧倒的に多い状況です。風邪やインフルエンザ等の心配があるときには、これまでと同様に、かかりつけ医等にご相談ください。

新型コロナウイルスへの感染のご心配に限っては、最寄りの保健所などに設置される「帰国者・接触者相談センター」にお問い合わせください(問3参照)。特に、2月17日に「相談・受診の目安」として公表しました、以下の条件に当てはまる方は、同センターにご相談ください。

- ・ 風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く場合
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)
- ・ 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある場合

問2 発熱の継続はどのように確認すればいいですか。

発熱は、感染症や腫瘍、炎症などにより起こります。一般に、37.5度以上の場合、発熱とみなします。発熱が認められる場合は、毎日体温を測定し、体温と時間を記録してください。

問3 「帰国者・接触者相談センター」は何をするところですか。

「帰国者・接触者相談センター」では、皆さまから電話での相談を受けて感染が疑われると判断した場合には、帰国者・接触者外来へ確実に受診していただけるよう調整します。その場合には、同センターより勧められた医療機関を受診してください。複数の医療機関を受診することは控えてください。

同センターで、感染の疑いがないと判断された場合でも、これまで同様かかりつけ医を受診していただけます。その場合、肺炎症状を呈するなど、診察した医師が必要と認める場合には、再度同センターと相談の上、受診を勧められた医療機関で新型コロナウイルスのPCR検査を受けていただきます。

茨城県庁内：受付時間 24時間対応 (土日・祝祭日を含む)		
専用電話(直通番号)	029-301-3200	／ FAX 番号 029-301-6341
水戸市保健所	029-350-7650	(水戸市)
中央保健所	029-241-0100	(笠間市,小美玉市,茨城町,大洗町,城里町)
ひたちなか保健所	029-265-5515	(常陸太田市,ひたちなか市,常陸大宮市,那珂市,東海村,大子町)
日立保健所	0294-22-4188	(日立市,高萩市,北茨城市)

健康診断の日程について（変更になりました）

月	日	曜日	検査内容	時間	対象	場所
6	1	月	胸部X線・心電図検査	13:30～	1年 1.2.3.A組	保健室
6	2	火	内科検診（遊座先生）	13:30～	1年 3.A組	保健室
6	4	木	内科検診（後藤先生）	13:30～	2年 3.A組	保健室
6	10	水	歯科検診（斉藤先生）	13:30～	1年 1.2.3.A組	保健室
6	17	水	内科検診（黒沢先生）	13:30～	3年 3.A組	保健室
7	8	水	内科検診（黒沢先生）	13:30～	3年 1.2組	保健室
7	9	木	内科検診（後藤先生）	13:30～	2年 1.2組	保健室
7	16	木	内科検診（遊座先生）	13:30～	1年 1.2組	保健室
未	定		歯科検診（斉藤先生）	13:30～	2年 1.2.3.A組	保健室
未	定		歯科検診（斉藤先生）	13:30～	3年 1.2.3.A組	保健室

保健室の利用について

- ・保健室を利用する場合は、HR担任または教科担任に許可を得てから来室してください。休養時間は原則として最大1時間です。
- ・飲み薬は一切あげられませんので、腹痛や頭痛を起こしやすい人は持参してください。
- ・ケガをした際の保健室での処置は応急処置のみで、後の治療は家庭で行ってください。
- ・保健室では、ケガや具合の悪い場合の対処だけでなく、相談活動も行っています。身体的なこと、精神的なことなど、一人で悩んでいることがありましたら、気軽に利用してください。スクールカウンセラーによるカウンセリングも受け付けています。

日本スポーツ振興センターの災害給付金について

- ・授業中、休み時間、部活動、登下校中などにケガをして、医療機関を受診した場合は治療費が支給されます。その際は保健室に連絡してください。

ただし、支給対象となるのは、治療費が病院では1,500円以上の場合、接骨院では5,000円以上の場合です。

出席停止の措置について

- ・インフルエンザや麻しん、風しん、新型コロナウイルス感染症など特定の感染症に罹った場合は、出席停止扱いとなります。病院でそれらの感染症と診断された場合は担任に連絡をしてください。

色覚の検査について

- ・色覚の検査を希望する生徒は、保健室で実施できます。就職・進路選択等に当たり、気になる場合は昼休みまたは放課後に検査を受けに来てください。

カウンセリングについて

皆さん、とても不安な日々を過ごされていることと思います。新型コロナウイルスに感染したのではないかと、自宅にいてストレスがたまってしまう、友達等と会えないことが寂しくてたまらない、親等との関係がうまくいかない、とにかく不安だ、などたくさんの悩みを抱えてしまっている人もいます。学校でのカウンセリングは、連休明けから実施する予定です。もしカウンセリングを希望する場合は、担任の先生または学年の先生に電話で連絡してください。（029-262-2642）