

# 保健だより



東水沢中学校保健室 / 2022年4月8日 発行 No.1

## 入学・進級おめでとうございます

新1年生を迎え、東中の2022年度がいよいよ始まりました。

コロナウイルスの一日も早い終息をみんなが望んでいるところですが、学校ではしばらくの間、感染防止を意識した生活を送ることが重要になります。学校生活の中では、色々な制限があって、きゅうくつに思ったり、感染に対する不安な気持ちや心配をしたりしている人もいます。保健室では、コロナウイルス感染症に限らず、心や身体の健康面でみなさんをサポートしていきたいと思います。体調不良やけが、心配なこと、困っていることがある時は、保健室を利用して下さい。

### 自分と自分の周りの大切な人を守る感染症対策

\*詳しくは、保健だよりとは別にみなさんに渡した東中の感染症対策、

『2022年度 みんなが健康安全に学校生活を送るための感染症対策 第1版』

をよく読んでください。

①毎朝体温を測定し、検温カードに記録（お家の方のサインも忘れずに）

・平熱を大幅に上回る熱がある時は、自宅で休養しましょう。

②マスクをつけて登下校しましょう。学校でもマスクをつけて生活します。

③給食の前・掃除の後・トイレの後は、必ず手を洗いましょう。

・手を洗う時は、石けんを使って丁寧に洗い、清潔なハンカチで水分をよく拭き取りましょう。（ハンカチの貸し借りはしません）

④奥州市でのコロナウイルス感染が落ち着くまで、給食後の歯みがきはしませんが、歯の矯正中で歯科医等から歯をみがくように言われている人は、担任の先生を通して養護教諭に相談してください。

⑤教室でも集会等で集まる際にも、お互いに間隔を意識して生活しましょう。

## ◎保護者の皆様へ

### 健康診断が始まります

これからの検査検診の予定を簡単にお知らせします。来週は身体測定がありますので、運動着の準備をお願いします。日程の変更があった時はその都度お知らせしていきます。

#### 【身体測定等】

- 3年生：4月11日（月）1・2校時 身長・体重測定、視力検査、聴力検査  
生活習慣アンケート
- 2年生：4月11日（月）3・4校時 身長・体重測定、視力検査
- 1年生：4月12日（火）2・3校時 身長・体重測定、視力検査、聴力検査  
血圧測定、生活習慣アンケート

#### 【検査・検診等】

- ① 尿検査：全学年実施 4月14日（木）8時45分までに提出  
※有所見者には、2回目の尿検査：5月24日（火）
- ② 耳鼻科検診：1年生と昨年度所見のあった2・3年生に実施  
5月17日（火）1時から 1年1組～1年3組  
5月18日（水）1時から 1年4組と2・3年生
- ③ 内科検診：全学年実施 5月23日（月）1時40分から 3年1組・2組・3組  
5月25日（水） // 3年4組・2年1組・2組  
5月30日（月） // 2年3組・4組・1年1組  
6月10日（金） // 1年2組・3組・4組
- ④ 眼科検診：全学年実施 6月1日（水）1時から
- ⑤ 歯科検診：全学年実施 9月28日（水）9時から
- ⑥ 保健調査の記入：全学年実施 4月14日（木）配付 4月20日（水）までに回収  
\*お子様が健康面で学校生活を安心して過ごすための資料になります  
ので、記入と提出をよろしくお願いいたします。

※ 上記の他に、日にちは未定ですが、下記の検診が予定されています。

- ・ 脊柱側弯検診（1年生と昨年度所見のあった2・3年生対象）
- ・ 心臓検診（1年生と今年度の内科検診で所見のあった2・3年生対象）
- ・ 生活習慣病予防検診（1年生対象）

