

# ほけんしつから

おうちのひとにもみせましょう

2022. 4 長後中学校

長中生のみなさん、入学・進級おめでとうございます！  
保健室の担当（養護教諭）は、中林（ナカバヤシ）と申します。  
みなさんが安心して学校生活を送れるようサポートしていきます。  
どうぞよろしくお願いします。

保健室は1階  
昇降口と職員室の間だ



流行状況はだいぶ落ち着いていますが、新型コロナウイルス感染症の対策は継続中です。

★おうちの人と、朝の健康観察をきちんとし、登校の可否判断をしましょう。

出席停止の基準に変更はありません。

★マスクの着用は個人の判断となりました。せきやくしゃみをするときは、せきエチケットを忘れずに。

★学校は集団生活です。引き続き、密にならないよう心がけましょう。

★換気も引き続き大事です。教室は換気システムが動いているか、換気システムがないところは窓やドアが二方向以上あいているか、気を配りましょう。

昼休みや掃除中はカーテンも窓も全開にして、いっきに換気しましょう。

★そしてもちろん、こまめな手洗いを。

手で受けたときは  
手洗いか消毒を



◎夜は早めに眠り、朝食を含め、規則正しい生活で免疫力を維持。



四月は、環境が変わり知らず知らずのうちに心身が疲れます。

時間をしょうずに使うことが、感染症対策を含めた健康管理になりますよ。



さて、新年度の始まりと言えば「健康診断」です。

自分のからだの状態を確認して、よりよい1年が送れるよう、ケアしていきましょう。

裏面に日程表をのせました。自分が受けるものを確認して、忘れ物がないようにしましょう。

長後中の校医の先生方は

内科……日比謙一先生(湘南台中央医院)

歯科……石田為晴先生(石田歯科クリニック)

眼科……遠藤要子先生(長後えんどう眼科)

耳鼻科…本郷 了先生(長後耳鼻咽喉科)

薬剤師…小林拓軌先生(わかば薬局横浜公園前店)



です。お世話になります！

教育委員会から出ている「学校管理下でけが等をされた場合について」のプリントを配付します。  
部活動を含む学校管理下での医療費給付制度についての説明です。

「小児医療証」の使用についても書かれています。保護者の方は必ずご確認ください。