



宮城県立石巻支援学校 保健室  
令和3年3月22日  
裏面も御覧ください。

子どもたちにとって、たくさん我慢をした1年。丁寧な手洗いや毎日のマスクの着用、こまめな健康観察など、感染症にかからないように御家庭の皆様にご協力をいただきましたことを、心より感謝申し上げます。

春休みは新年度の準備などで忙しく過ごされることと思いますが、感染症対策を続けながら生活のリズムを整え、新学期に向けて元気に過ごせることを願っています。

## 保健室からのお知らせ



### ① 健康のあゆみを返却しました

本日、「健康のあゆみ」を返却しました。今年度のお子様の成長の様子を御覧ください。また、これまで、御家庭での確認後、学校に返却していただいていたおりましたが、来年度からは、以下のような形にいたします。

◆【健康診断の結果】 健康診断が終わり次第、結果を配布します。

◆【身長・体重のグラフ】 毎月行われる体重測定終了後、結果を配布します。

御家庭で「個人ファイル」等に  
入れて保管してください。

これまでのような御家庭と学校の行き来をなくす形とし、来年度から新しい様式を使用します。「健康のあゆみ」は、小学部では6年間、中学部・高等部では3年間使用して参りましたが、今回から保健室への返却は不要です。御家庭で大切に保管してください。

### ② 「大規模災害時における内服薬」の交換時期です

内服薬をお預かりしているお子さんにつきましては、本日、薬の交換についてのお知らせプリント、依頼書、封筒をお配りしました。始業式(4月8日)までに、必要事項を記入し、新しい薬と一緒に提出をお願いします。今お預かりしている薬は新しい薬をお預かり次第、返却いたします。

### ③ 春休み中も検温を忘れずにお願いします！

春休み中も毎日検温をし、健康観察を行うようにしてください。春休み中の検温の結果は、休み中の健康観察の参考となりますので、「健康観察カード」への御記入をお願いします。「健康観察カード」は、感染症対策のため、引き続き使用しますので、始業式(4月8日)に忘れずに持たせてください。

### ④ 第2回学校保健委員会を開催しました。

感染予防のため、書面にて第2回学校保健委員会を実施しました。FAXで校医さんや保護者の方に御指導・御助言いただいた内容をご紹介します。

#### <管理校医 阿部先生より>

感染症は衛生意識の高さが役に立っています。

来年度実施される16歳以上のコロナワクチン接種は、対象者は是非考慮していただきたい。また、その他のインフルエンザをはじめとするワクチンで防げる病気はワクチン接種で身体を守っていただきたい。

#### <保護者の方より>

給食は楽しみの一つ。肥満傾向にある生徒に対する御指導を今後もよろしくお願いいたします。

#### <保健室より>

来年度より、肥満予防の取り組みとして、体重測定後、速やかに御家庭に結果を配布します。御家庭と連携して、お子さんの健やかな成長を支えていきたいと思っています。

# 2020 今年度の生活が 日常になる 2021

## こまめに健康観察

### しっかり報告



体温計はわきの下の中心に、  
腕に対して30～40°の角度で差し込む。

## 症状なくてもマスク着用

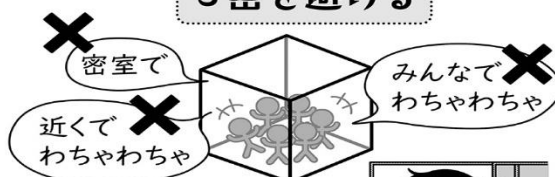
元気＝大丈夫  
ではない。

無症状なだけ  
かもしれない。



屋外で距離が取れるときは  
はずしても大丈夫です。

## 3密を避ける



2 m



## 思いやりの距離

## 換気

## 手洗い or 消毒 30 秒



石けんと流水で。アルコールもたっぷり。

春休みの間に

# 自分をメンテナンス



体と心を整えて  
新しい学年を

気持ちよくスタートしよう！

### Step 4

## リフレッシュできる時間をつくろう

好きなことをしたり休んだりして心の充電を。1年間がんばった自分をほめてあげてくださいね。



### Step 3

## 身のまわりの整理をしよう

机や部屋を片付けて、いらないものは思い切って処分！ すっきりした気持ちで新学期を迎えられますよ。



### Step 2



## 持ちものの準備をしよう

足りないものや買い替えが必要なものはありますか？ 体操服やくつが小さくなっていないかも確認を。



### Step 1



## 受診・治療を済ませておこう

進級するとすぐに健康診断があります。気になることのある人はお医者さんへ。むし歯も今のうちに治療しておきましょう。

