



Heart

久山町立久山中学校
養護教諭 尾関重乃
令和2年7月28日

健康診断結果を配付しています

新型コロナウイルス感染症の影響で延期になっていた健康診断は9月に歯科検診を残すのみとなりました。アンケートや持参物のご協力ありがとうございました。発育測定は全員に、内科検診・耳鼻科検診・眼科検診は受診が必要な生徒のみ、結果を三者面談等でお渡ししています。尿検査と1年生の心電図検査につきましては、2次検査対象者のみ結果をお渡しします。(夏休み明けになると思います。ご了承ください。)



耳鼻科・眼科などは早めに病院を受診し治療を行ってください。(感染予防をしっかりと行い、不安な場合は病院に連絡されると良いと思います。)受診が終わりましたら、『治療のすすめ』を病院で記入していただき学校に提出してください。

新型コロナウイルス感染症予防

4連休中から各地で新型コロナウイルス感染症の拡大が報道されています。福岡県でも26日(日)には過去最大91名の感染が確認されました。今後も感染者数の推移を注意深く見ていく必要があります。感染経路不明の方もたくさんいらっしゃいます。「ここで感染が広がっている」とわかれば感染を予防することは簡単ですが、無症状の感染者がいることもあり、どこで感染が広がっているかわかりません。

まずは、①自分が感染しないためにできること

『洗顔、手洗い、手指消毒などをこまめに行うこと、
体調管理を行うこと』

そして、②自分が感染してるかもしれないから、周囲にいる大切な人を感染させないためにできること

『マスクを着用すること、人混みに行かないこと、ソーシャルディスタンスを保って生活すること、体調を管理し記録を残しておくこと(どこに行った、誰と会ったなど)』



が大事なのではないのでしょうか。「若者は重症化しないから大丈夫」など安易な考えではなく、「自分が感染すれば家族に感染してしまうのではないか」など自分以外の誰かの事を想って生活してほしいと思います。中学生の皆さんなら考えて行動できるはずです。しっかり考えてみてください。

熱中症予防を！！

今週中にも梅雨が明け、本格的な夏の到来となりそうです。新型コロナウイルス感染症が流行しているため、この夏はマスクを着用したままの生活が続くそうです。

マスクを付けているとお茶を飲むのを忘れてる人が多いようです。時間を決めて(「休み時間ごとに」等)水分をとるようにしましょう。また、エアコンがついている部屋で過ごすことが多いので、身体が暑さに慣れておらず、急に体温が上がってしまい熱中症の症状が出ている人がいます。休憩しながら徐々に運動量を増やすようにしましょう。睡眠不足も熱中症になりやすい原因のひとつです。睡眠時間を十分に確保して、熱中症にならないように各自で気をつけてください。