

笑顔 ~Smile~

令和4年4月28日
草津町立草津中学校 保健室



連休中も感染予防を！

コロナ禍で、2020年のゴールデンウィークは緊急事態宣言中、2021年は緊急事態宣言・蔓延防止措置中でした。今年は、「緊急事態宣言」も「蔓延防止措置」も出ていない状況です。多くの人の動きがあると予想されています。

しかし、依然として、新型コロナウイルスの感染者数は高止まり状態です。群馬県でも1日あたり約200~600人の新規感染者が報告され、警戒レベルも「2」のままです。「いつ」「誰が」感染するかわからない状況には、変わりありません。

引き続き、一人一人が感染予防を心がけていきましょう。

忘れずに記録を！
学校に来る時は必ず提出！

●健康観察の徹底

- ・休み中も、朝夕の健康観察、検温をしっかりしてください。そして、記録をお願いします。
- ・部活等で学校に来る時には、必ず「家庭での健康観察の記録表」を持参し、担当の先生にチェックをしてもらってから活動をしてください。

●基本的な感染対策の徹底

- ・手洗いやマスクの着用、換気、人との距離をとるなど、基本的な感染対策を続けましょう。

●もし体調が悪いときは・・・

- ・本人はもちろん、ご家族で発熱やのどの痛み、咳などの体調が悪い人がいる場合は、部活等の参加は控えてください。
- ・発熱等の場合は、医療機関に連絡をし、受診をお願いします。
- ・新型コロナの疑いで検査をしたり、濃厚接触者(本人またはご家族)になったりした場合は、草津町役場 (Tel88-0001) まで、連絡をしてください。



家庭で行う健康観察の記録表

草津町立草津中学校

年 組 番 名 前: _____

※登校の際は、この用紙を必ず持参してください。

① 体温測定: 朝起きた後(食事前)に体温を測り、表に記入しましょう。
表は寝る前に測りましょう。

② 体の様子: 朝の体の様子を記入しましょう。
【記入例】せきやだるさがある場合は○、その他の症状は記入しましょう。

③ 一緒に住んでいる家族で体調が悪い人(いつもと違う体調の人)の発熱を記入しましょう。
④ 濃厚・学校以外の場所以外に付いたり、人混みに付いたり、いつも会っている人以外の人と会ったり、医療機関を受診した場合は、発熱欄に記入しましょう。

月日	曜	①体温測定		②体の様子(朝)			③家族や家族以外の人	④発熱(行動等)
		発	症	せき	だる	その他		
5月9日	月						いる・いない	
5月10日	火						いる・いない	
5月11日	水						いる・いない	
5月12日	木						いる・いない	
5月13日	金						いる・いない	
5月14日	土						いる・いない	
5月15日	日						いる・いない	
5月16日	月						いる・いない	
5月17日	火						いる・いない	
5月18日	水						いる・いない	
5月19日	木						いる・いない	
5月20日	金						いる・いない	
5月21日	土						いる・いない	
5月22日	日						いる・いない	
5月23日	月						いる・いない	

連休後も元気に生活するために・・・



スマホの「沼」にご用心



動画、ゲーム、音楽、SNS・・・など、スマホは楽しいですね。でも、長時間ズルズルと使い続けると、その「楽しい沼」から抜け出せなくなっちゃうかも!? そんなスマホ依存症の他にも、さまざまなトラブル発生の危険もあります。スマホと上手に付き合うために、家族とも話し合って「ルール」を決めるのがおすすめです。

動画、ゲーム、音楽、SNS・・・など、スマホは楽しいですね。でも、長時間ズルズルと使い続けると、その「楽しい沼」から抜け出せなくなっちゃうかも!?

- ① 使用時間のルール
- ② 課金（有料アイテムなど）に関するルール
- ③ 他人の悪口や批判を流さない
- ④ 自分や友達の情報（住所や電話番号、学校名、写真など）をよく知らない人に伝えない

毎週木曜日は「衛生検査」

“あたりまえ”こそ大事：身だしなみ



学校では保健委員による衛生検査を行っています。ハンカチを持っているか？爪が伸びていないか？歯ブラシの毛先が開いていないか？をチェックします。

衛生検査の目的は「清潔で健康的な生活」と「身だしなみ」のためです。あたりまえのことを、あたりまえにできることが、自立した大人になるための基本です。

本当は、衛生検査なんてしなくてもよい状態になることが理想です・・・。