



ご入学・ご進級おめでとうございます。

春の訪れとともに新年度が始まりました。色とりどりの花が開き、新年度の始まりを祝ってくれているようです。保健室では、保護者の方と一緒に、健康な心と体について考えていきたいと思っています。今年度もご協力よろしくお願いします。

## ◎新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症拡大が不安視されております。富山県内でも感染者が認められました。感染症の拡大防止には、1人1人の心掛けがとても重要です。「自分がかからない」と思わず、各自が対策をし、感染や感染拡大を防ぎましょう。

### (この症状には要注意！)

- ① 風邪の症状や、37.5℃以上の発熱が4日以上続く場合。
- ② 強いだるさや息苦しさがある場合。

(高齢者・基礎疾患がある人は上記の症状が2日程続いたら相談が必要です。)

これらの症状がある場合は、「帰国者・接触者相談センター」に相談してください。

## ※感染症予防のために※

### 手洗い

細菌やウイルスは、手を介して口・鼻・目の粘膜から体内に入ることが多いと言われています。30秒以上かけて手をこまめに・丁寧に洗いましょう。県のホームページでは、正しい手洗いの仕方を紹介した動画を公開していますので、是非ご覧ください。



### マスクの着用

口や鼻の乾燥を防ぎ、粘膜への細菌やウイルスの付着を防ぐ効果があります。マスクを外すときには、ゴムやひもをつまんで外しましょう。マスクを外した後は必ず石けんで手を洗いましょう。「子供の学び応援サイト」等から、「簡易マスク」の作り方が出ていますので、是非ご参照ください。



### 加湿

湿度50%以上でウイルスの繁殖を抑える効果があるといわれています。加湿器や、濡れタオルを干すなどして乾燥を防ぎましょう。

### 生活リズムを整える

たくさん食べて、十分に睡眠をとり、適度な運動をし、免疫力を高めておきましょう。



## こまめな水分補給

のどや鼻の粘膜にある「繊毛（せんもう）」には細菌やウイルスを体内から排出させる機能があります。体内の水分量が不足すると繊毛の働きが悪くなってしまいますので、こまめな水分補給を心掛けましょう。



### 《保護者の皆様へのお願い》

- ・ 毎日検温をして健康状態の確認をしてください。「健康チェック表」に当日朝の健康状態を記入いただき、毎朝担任へ提出してください。体調不良の様子が見られるときは、無理せず自宅で休養してください。
- ・ きれいなハンカチを毎日数枚持たせてください。（給食前にハンカチを交換します。）
- ・ 爪を短く切ってください。
- ・ 家庭内でのコップやタオルの共有はしないでください。

↓「健康チェック表」は、連絡帳と一緒にお渡しします。

健康チェック表		小・中・高 年 級・組 氏名															
<small>感染症対策のために毎日の健康観察が大切です。毎日体温を測り、体調のチェックをしてください。当てはまる項目に○をつけてください。登校後、毎朝、担任に提出してください。</small>		平熱 <input type="text"/> °C															
<small>(例)</small>																	
月 日	4/〇	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
曜 日	水																
体温	起床時	36.5 °C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
	夕食後	36.2 °C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
咳 のどの痛み 鼻水・鼻づまり 吐き気・吐いた 下痢 だるさ その他	咳																
	のどの痛み																
	鼻水・鼻づまり	○															
	吐き気・吐いた																
	下痢																
	だるさ																
	その他	<small>アレルギーのため、耳鼻科 通院中です。</small>															
チェック欄(保護者サイン)	<input checked="" type="checkbox"/>																
チェック欄(担任サイン)	<input checked="" type="checkbox"/>																
<small>※体調不良の様子が見られるときは、無理せず自宅で休養してください。</small>																	

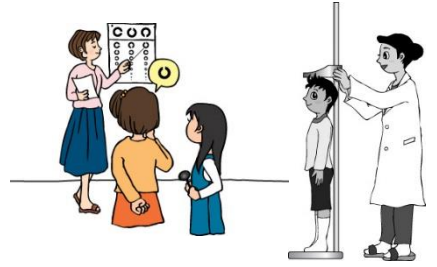
### 「帰国者・接触者相談センター」

相談先（感染症担当）	電話番号（直通）	FAX 番号	所管市町村
新川厚生センター	0765-52-2647	0765-52-4440	黒部市、入善町、朝日町
新川厚生センター魚津支所	0765-24-0359	0765-24-9220	魚津市
中部厚生センター	076-472-0637	076-473-0667	滑川市、舟橋村、上市町、立山町
高岡厚生センター	0766-26-8414	0766-26-8464	高岡市
高岡厚生センター射水支所	0766-56-2666	0766-56-5494	射水市
高岡厚生センター氷見支所	0766-74-1780	0766-74-0374	氷見市
砺波厚生センター	0763-22-3512	0763-22-7235	砺波市、南砺市
砺波厚生センター小矢部支所	0766-67-1070	0766-67-4270	小矢部市
富山市保健所	076-428-1152	076-428-1150	富山市

## 健康診断が延期になりました

新型コロナウイルス感染症の影響により、延期となった健康診断があります。

- ・1学期に身体測定・聴力測定・視力測定・整形外科検診・内科検診・心臓検診・尿検査・精神科検診を行う予定ですが、変更になる場合があります。
- ・その他の健康診断に関しては、決定次第お知らせします。
- ・事前の問診票記入をお願いします。問診票記入後に相談がある場合は、連絡帳記入し、担任へ知らせてください。
- ・健康診断の前日には入浴し、手足の爪を切ってください。
- ・視力検査時、眼鏡を使用している場合は学校に持たせてください。
- ・病気や異常が見付かった場合は、「治療カード」をお渡しします。受け取られたら早めの受診をお願いします。



## 感染症にかかったら

学校では、感染性胃腸炎などの感染症の診断を受けた場合、「出席停止」の措置を取っています。感染症と診断された場合には、速やかに担任まで連絡してください。病気が回復し、感染のおそれなくなったことを医師に認められたら、学校指定の用紙「連絡票」に登校許可日を記入してもらい、用紙を持って登校してください。



学校指定の「連絡票」と、感染症予防のために毎日記入していただく「健康チェック表」を添付しました。ホームページからもダウンロードできます。

## 校医紹介



内科	京谷 征三	先生	(独立行政法人国立病院機構富山病院)
精神科	高柳 みずほ	先生	(有沢橋病院)
整形外科	篠川 禎久	先生	(篠川整形外科クリニック)
眼科	鳥崎 真人	先生	(とりさき眼科)
耳鼻科	小林 健二	先生	(ふちゅう町耳鼻咽喉科クリニック)
歯科	石川 亨	先生	(いしかわ歯科医院)
薬剤師	福田 由美子	先生	

## 養護教諭



保健室の担当は、藤田真由美と土田鈴音です。  
一年間よろしくお願いします。

## 衣類が汚れたとき

衣類が汚れた場合、保健室で運動服を貸し出すことができますが、下着と靴下の予備はありません。各家庭で準備され、着替えの予備として必要な枚数を担任にお渡しください。

また、おう吐物や下痢便で汚れた衣類は、感染防止のため、ビニール袋に入れて密閉し、持ち帰ります。持ち帰った汚れた衣類は、マスクを着用した上でまず水洗いをし、更に塩素系消毒剤で消毒、その後洗濯機などで洗うことをお勧めします。最後に水洗いした場所も塩素系消毒剤で消毒してください。

また、オムツ等は担任へ新しいものを返却していただけると助かります。

## 災害給付金（日本スポーツ振興センター）について

学校管理下において児童生徒が災害にあった場合、病院を受診し、総医療費が5,000円以上（窓口負担額1,500円以上）又は診療報酬請求点数が500点以上のとき、申請すると治療費や見舞金の給付が保護者に対して行われます。本校では各学部入学の際に、加入の同意を確認させていただいています。保護者負担金（年額）が、小中学部は440円、高等部は1,700円となります。学校徴収金と一緒に集めさせていただきます。

給付の申請には、専用の用紙に、病院などで、「医療等の状況」を書いていただくこととなります。学校管理下の災害で病院を受診された場合は、学校に申し出てください。不明な点や相談したいことがありましたら、いつでも保健室までお問い合わせください。

