

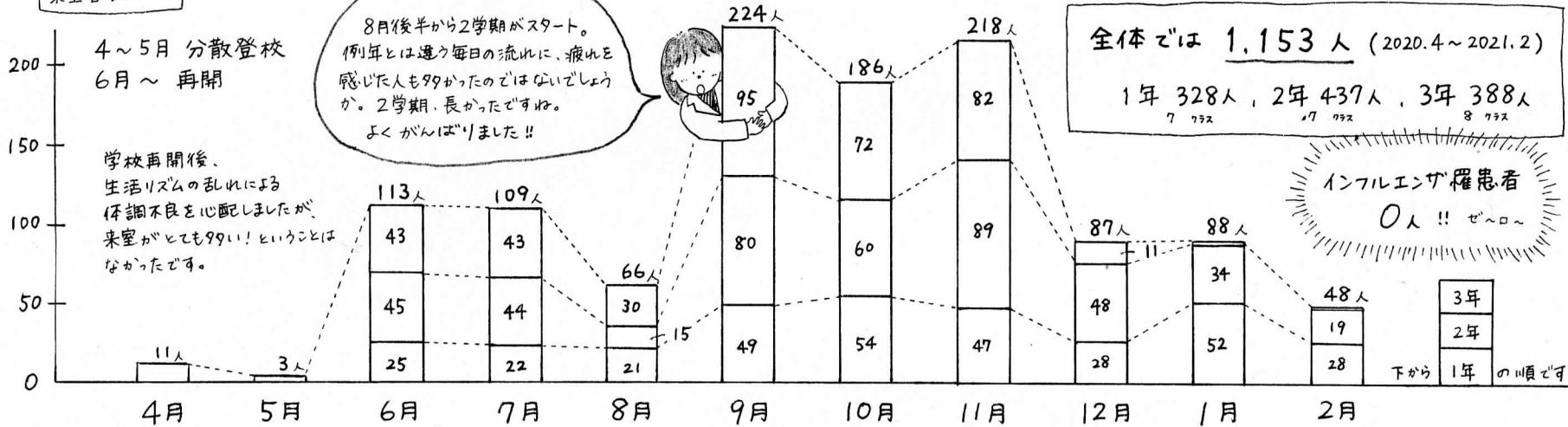
保健室からのmessage 3月号

2021.3.24 (水)
八日市高校 保健室

保健室の1年間 2020年度 ver.

みなさんがきちんと感染予防を心がけて学校生活を送ってくれたことに感謝します。
来年度からも引きつぎ、対策よろしくお願ひします!

来室者数グラフ



身体測定結果 (2020.4)

BMI指数 = 体重kg ÷ (身長m)² 正常値 18.5~25未満

身長 (cm)	性別	学年	校内平均	全国平均
	男子	1年	168.7	168.3
		2年	171.2	169.9
		3年	171.5	170.6
	女子	1年	157.8	157.2
		2年	158.5	157.7
3年		159.7	157.9	

体重 (kg)	性別	学年	校内平均	全国平均
	男子	1年	55.8	58.8
		2年	59.6	60.7
		3年	63.6	62.5
	女子	1年	49.7	51.7
		2年	51.6	52.7
3年		53.5	53.0	

学校でのケガの医療費 災害共済給付金の申請はお済みですか?

学校で発生したケガ(登下校・休日の部活含む)について、医療費の給付が受けられます。1つのケガにつき診療報酬点数500点以上のものが対象です。

必要書類は保健室にあるので、もらいにきてください。



春休みの体調管理

健康観察表

日時	3/22(月)		3/23(火)		3/24(水)		3/25(木)		3/26(金)		3/27(土)		3/28(日)	
体温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
咳	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし
喉の痛み	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし
鼻水・鼻づまり	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし
全身倦怠感	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし	ありなし
その他	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()	()

※この用紙は1週間用です。若狭ノート(1年)・ブルーノート(2年)にクリップ等で挟み管理して
※記入は朝のSHR時(担任の先生による指示のもと)に行い、翌週月曜日に回収します。

引き続き毎朝の健康観察をお願いします。

春休み中も忘れず記入してください。

新型コロナ感染の可能性がある場合、2週間前からの記録と提出する必要があるので、無くさないよう管理してください。

4月からは学校で預からず、

各自2週間保管してもらう予定です。

☺ 今回は3枚つづりです

春休みに守ってほしいこと

- ※ 外出時は必ず"マスク着用"
- ※ 帰宅時・食事前にきちんと手洗い
- ※ 人混みの多い場所は避ける
- ※ 大勢で集まらない
- ※ 部屋の中で大声でさわがない
- ※ 近距離&マスクなしで会話しない

自分の健康を自分で管理できるように心がけてください。

学校中心の生活に比べて、長期休みの間は行動範囲が広くなりやすいです。
いつも以上に気を引きしめて生活してほしいと思います。間違った情報にまどわされないう、正しい情報を見極めることも大切です。

＜発熱などの症状がある場合の相談・受診について＞

- ① まずは、かかりつけ医やお近くの診療所・クリニックに電話で相談。
- ② 診療所が指定する方法で受診してください。
- ③ 受診時には、せっけんを使った手洗いを済ませて、マスクを着用してください。

相談場所を迷った場合は…



【受診・相談センター(旧帰国者・接触者相談センター)】

連絡手段等	大津市	大津市以外
受付時間	毎日 24 時間	毎日 24 時間
電話	077-526-5411	077-528-3621
FAX	077-525-6161	077-528-4865
メール	hoken@city.otsu.lg.jp	coronasoudan@shigaken.net