

ほけんだより 4月

宮城県小牛田農林高等学校
NO, 1
令和2年4月17日

みなさん、体調を崩さず過ごしているでしょうか？度重なる臨時休業期間の延長により、不安な毎日を過ごしている人も多いのではないのでしょうか。当たり前に登校し、勉強や部活動を行えていたことが、とても幸せな時間だった、と静かな学校の中で改めて思っています。来たるべき学校再開に当たって、学校では、安心して学校生活を送れるよう、できる限りの配慮をしていきたいと考えております。健康管理と感染拡大防止の観点から一人一人の協力が必要となります。下記の留意事項等をよく読んで過ごし、健康観察カードの記入・提出にご協力ください。



1 健康観察カードの記入提出について

- (1) 平熱を記入する。
- (2) 毎朝、起床時の体温を測り記入する。
- (3) 健康状態を記入する。該当する項目に○をつける。



発熱やかぜ症状がある場合は、学校を休み、休養してください。(出席停止扱いとなります)

- (4) 「健康観察カード」を毎朝学級担任に提出する。(帰りのHRで返却されるので、毎日くり返す。)
*継続的に健康状態を観察するため、臨時休業中であっても毎日検温し、カードを記入してください。
次回登校日は、当日朝の健康観察の結果を記入し、4月分と5月分計2枚のカードを提出してください。
*カードは大切なものです。クリアファイル等を自分で準備し、しっかり管理しましょう。

2 家庭で心掛けていただきたいこと

- (1) 石けん等による手洗いや咳エチケット等、日々の感染予防に努めましょう。
- (2) 規則正しい生活(バランスのとれた食事・十分な睡眠・適度な運動)を心掛け免疫力を高めましょう。
- (3) 集団感染リスクへの対応から、学校ではこまめに換気をします。寒さ等については衣服で対応できるよう、準備をしておいてください。
- (4) マスクを着用するようお願いします。
*現在マスクが入手困難な状況であり、毎日マスクを着用することが難しいことと思います。臨時休業中の時間を使って手作りマスクを作成するなど、各家庭で準備を進めておいてください。
- (5) お子さんの健康状態に変化があった場合は、学校に連絡してください。
「風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている」「強いだるさや息苦しさがある」場合は、
宮城県健康相談窓口(コールセンター) 電話番号：022-211-3883(受付：24時間)
に相談し受診の指示を受けてください。
- (6) 感染が判明した場合、または濃厚接触者にあたると特定された場合は、速やかに学校にご連絡ください。



困難や悩みを

一人でかかえこまないために



長期にわたる休業が続き、感染終息の見通しが立てられない状況です。感染の恐れや生活上の不安などから心理的なストレスを抱えている場合は、相談窓口を活用することも検討してみてください。

① 本校のスクールカウンセラー

4月の来校日時 16日(木)・23日(木) 9:00~15:00

申し込み 教育相談担当：伊藤(優) 養護教諭：鈴木まで

② 子どもの相談ダイヤル : 022-784-3568

③ 24時間子供 SOS ダイヤル : 0120-0-78310

心配なことがありましたら、いつでも学校にご連絡ください。

