

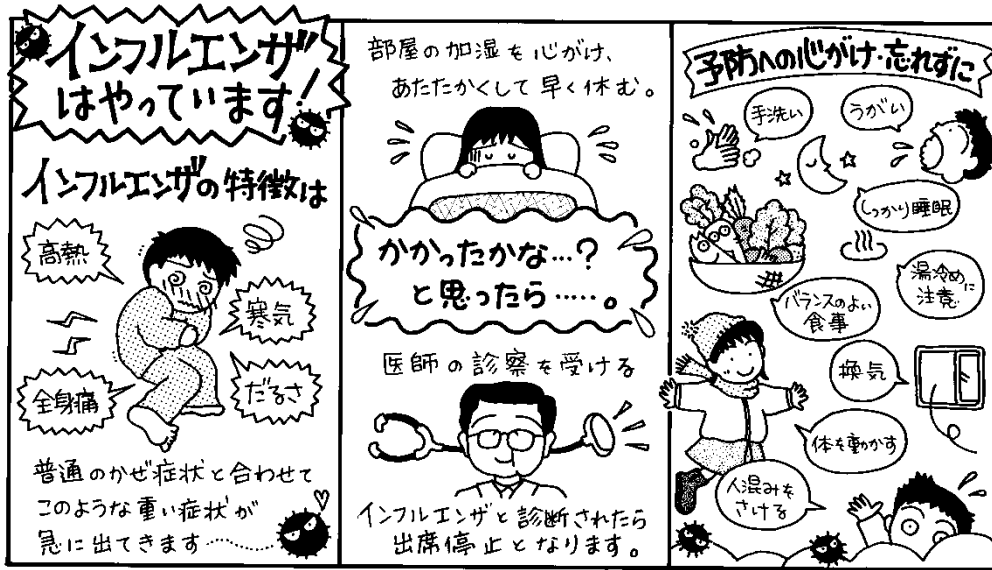
保健通信

平成31年 2月4日
益田翔陽高等学校 保健室

2019年がスタートして1ヶ月が過ぎました。保健室には体調不良の生徒がたくさん来室しています。体調不良を訴える生徒の皆さんの症状としては発熱もありますが、睡眠不足による体調不良もあります。元気に学校生活を送るためには、基本的な生活リズムや食事などが大切です。熱はないけど体調が悪いなあ、というような時は自分自身の生活を見直してみましょう。

インフルエンザ罹患者増加！

インフルエンザ罹患者が出始め、感染の増加を心配しています。集団で生活するからこそ、お互いが元気に過ごせるようにそれぞれが心配りをしていきましょう。



保健室に来室する生徒を見てみると、体温が37℃台でもインフルエンザと診断されるケースが見られます。

朝の時点で体の調子がおかしい時はご家庭でも検温をお願いいたします。

また、早めに医療機関を受診し、風邪やインフルエンザ等の感染拡大防止にご協力をお願いいたします。

もう一度、確認！インフルエンザの欠席について

インフルエンザによる欠席は、出席停止の扱いとなります。

出席停止期間…「発症した後5日を経過」かつ「解熱した後2日」(解熱した翌日から数える)

| 例 | 発症日 | 発症後5日間(出席停止期間) | | | | | 発症後5日を経過 | | |
|---------------|-----|----------------|-----|-----|-----|-----|----------|------|------|
| | 0日目 | 1日目 | 2日目 | 3日目 | 4日目 | 5日目 | 6日目 | 7日目 | 8日目 |
| 発症後1日目に解熱した場合 | 発熱 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | | | 登校OK | | |
| 発症後2日目に解熱した場合 | 発熱 | 発熱 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | | 登校OK | | |
| 発症後3日目に解熱した場合 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | 登校OK | | |
| 発症後4日目に解熱した場合 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | 登校OK | |
| 発症後5日目に解熱した場合 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 発熱 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | 登校OK |

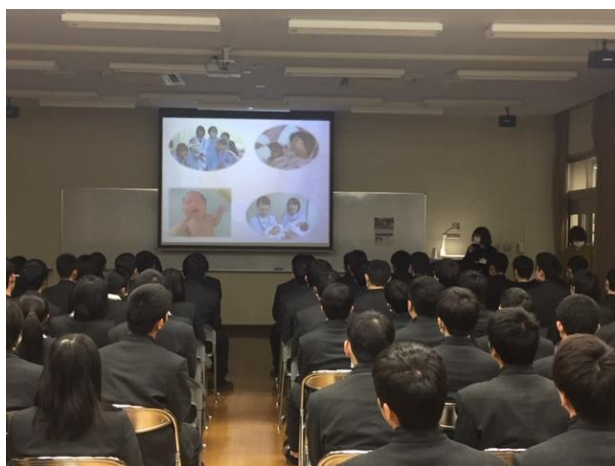
治癒後、登校する際に「治癒報告書」が必要です。ご家庭で記入していただき、医療機関を受診したことが証明できるもの(調剤明細書のコピー等氏名、受診日、処方された薬剤名、医療機関名等が記載されているもの)とともに担任まで提出してください。

治癒報告書は学校のホームページからもダウンロードできます。

3年生を対象とした健康教育講演会を行いました！

1月31日（木）2時間目に、益田赤十字病院で助産師をされている岸田由紀先生をお迎えし、性の自立に向けた講演会を行いました。

子宮役をする、
3年担任



～生徒の感想より～

- ・助産師という仕事は出産のお手伝いをするだけでなく、女性の一生涯の手助けをする仕事だということを知った。
- ・コンドームでは100パーセントの避妊はできない、ということがわかった。
- ・自分が生まれてきたことは奇跡であることに気づいた。
- ・「愛は思いやりと責任」という言葉を忘れずに生活したい。
- ・いつか自分に大切な人ができた際には、責任感を持った、相手のことをしっかり考えられる交際ができるように努めていきたい。
- ・自分の体は自分で守ることが大切、ということを学んだ。

～スクールカウンセラー来校日～

2月 5日（火）、2月19日（火）、3月13日（水）

時間はいずれも14：30～17：30です。