

保健だより

令和2年6月1日～6月号～

練馬区立北町中学校 保健室



長期間、休校が続いていましたが、生活リズムは乱れていませんか？
「STAY HOME」が続いた影響で、体力や筋力の低下が考えられます。暑さも厳しくなり、学校再開後は自分が思っている以上に疲労感やだるさを感じる人が多いと思います。体調が良くないときは無理をしないようにしましょう。

6月に実施予定の健康診断

月・日	曜	検診	対象	時間	服装・注意事項
6/18	木	腎臓検診1次	全学年	登校後すぐ	容器に必ず記名する
6/25	木	腎臓検診1次予備	1次未提出者	登校後すぐ	各自、保健室に提出

新型コロナウイルス感染症対策に関するお願い

1. 毎日、起床後に検温し、体調の確認をお願いします。
※登校日は発熱（37.5度以上）または体調不良時、風邪症状（頭痛・腹痛・下痢・吐き気・咽頭痛など）がみられる時は登校をみあわせるようお願いいたします。その場合、欠席にはなりません。インフルエンザ同様に出席停止扱いとなります。
2. 「健康カード」に体温と体調を毎日記入し、登校時に必ず提出してください。
※同居家族に体調不良者がいる場合はその旨を健康カードに記入してください。
3. 手洗い・うがいの徹底、校内では原則マスクの着用をお願いします。
※手指消毒アルコールを持参できる場合はできるだけ持参してください。マスクを忘れた場合は貸し出しますので、後日新品を返却してください。
4. 水筒の持参をお願いします。※冷水器は感染症対策のため使用禁止となっています。

6月から分散登校がはじまります！検温、健康カード記入・持参を忘れずに！！

登校時の健康観察のながれ

