

ほけんだより 7月

東京都立中野工業高等学校
令和3年7月19日発行

4度目の緊急事態宣言が発令されまだまだ落ち着かない日々ですが、ひとまず無事に1学期が終わり、これから夏休みに入ります。社会人になってからはこのようなまとまった休みはなかなかありません。新型コロナウイルスの感染対策をしっかりとしたうえで、今しかできないこと・長期休みだからこそできることをしたり、就活に向けて対策をしたり、部活動やアルバイトに全力を注いだり…一人ひとりが有意義に過ごしてほしいなと思います。



◎夏休み中も毎日健康観察をしましょう◎

新型コロナウイルス感染症はとてもしぶといですね。残念ながらまだ終息する気配がありません。引き続き、各自手洗いうがい・マスク着用など感染対策をしっかりと行いましょう。登校しない日も毎朝体温計測と健康チェックを行い、Teamsに入力をしてください。夏休み中に登校する際には生徒昇降口にサーモグラフィが設置されていません。部活動の場合は顧問の先生、その他で登校する場合は担任や担当教員の検温チェックを必ず受けてください。



◎夏休み中の新型コロナウイルス感染症に関する連絡について◎

下記のような状況が発生した場合は、速やかに学校に連絡してください。

- 生徒本人がPCR検査を受けることになった
- 家族がPCR検査を受けることになった
- 本人や家族が濃厚接触者となった（通常、保健所より連絡が入ります）



【連絡方法】

平日昼間(8時20分~16時50分) ⇒ 03-3385-7445 に電話連絡

コロナ専用

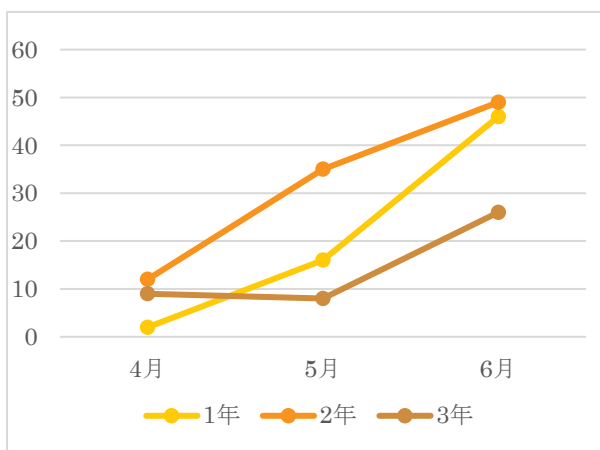
土、日、祝日、学校閉庁日(8月10日、11日) ⇒ 配布した保健だよりに掲載された番号に電話連絡

◎定期健康診断の結果一覧を配布します◎

すでに治療の勧めに関するお知らせはお渡ししていましたが、改めて今年度の定期健康診断の結果一覧を配布します。4月からさまざまな健康診断を実施してきましたが、健康診断は受けて終わりではありません。自分の健康状態を見なおし、改善する機会にしてほしいです。すでに治療報告書を提出してくれた生徒は30名ほどいますが（素晴らしいです！）、全体的に歯科の治療報告が少ないです。新型コロナウイルス感染症が蔓延している中ですので、かかりつけ医に相談のうえ、時間のある夏休み中に治療をしてきてください。



◎1学期の保健室来室状況◎



左のグラフは、月ごとの学年別の保健室来室人数を表しています。例年通り、どの学年も6月に来室が多くなりました。急に暑くなる時期なので、熱中症の初期症状や、体育祭の練習中のけがなどでの来室が多かったです。

また、曜日別では月曜日の来室者が最も多かったです。週明けはなんとなく体がだるくなりやすいですよ。週末の過ごし方を工夫して、少しでも疲れが残らないようにしていきたいですね。

◎夏休み中、不安なことや誰かに相談したいことがあったら…◎

<相談機関紹介> 生徒が直接相談できる相談機関です



☆東京いのちの電話（一般社団法人いのちの電話連盟）

誰にも相談できず、ひとりで悩んでいる人のための「眠らぬダイヤル」です。

電話相談：03-3264-4343

※普段は24時間いつでも連絡ができますが、緊急事態宣言に伴い、当面8時～22時頃までの相談時間になっているようです。

☆思春期・FP相談LINE（一般社団法人日本家族計画協会）

相談方法：右のQRコードを読み込み、相談内容を入力する。

LINE ID：183xqhfs



相談時間：月～金曜日（祝祭日除く）10時～16時

思春期のからだ、心の悩み、性のこと、緊急避妊、避妊全般の相談を家族計画協会が養成した思春期保健相談士が受けています。（質問の到着順に相談員が回答するため、返事が来るまでに時間のかかる場合があります）