

長い連休が明けましたが、緊急事態宣言は延長になりましたね。制限のある生活が長引いて、自分が思っている以上に心と身体にストレスがかかった状態だと思います。食欲がない、やる気が出ない、不安を感じる…など疲れのサインは出ていませんか？連休明けは特にこのような症状がやすいものです。あなたが急いでいるわけではないですよ。心身の不調を感じている場合は、お友達、保護者の方、担任の先生、保健室、SC や YSW…話しやすいと思う人に相談してほしいです。



## ◎学校感染症にかかったときの、学校への連絡方法について◎

インフルエンザなどの、『学校において予防すべき感染症』にかかった場合は、定められている期間、自宅で療養していただきます。この場合は、出席停止という扱いになり、欠席にはなりません。(感染症の種類と出席停止の期間は生徒手帳の41 ページで確認できます) これらの感染症にかかったときの学校への連絡方法についてお伝えします。

### 【新型コロナウイルス感染症・インフルエンザ以外の感染症の場合】

☆医師に証明書を記入してもらいます。

①医療機関で学校感染症と診断されたら、まず電話で学校(担任)に連絡をする。



②指定された期間自宅で休む。登校できる日までにもう一度内科を受診し、医師に証明書を記入してもらう。

※証明書は、生徒手帳の63 ページの次のページにあります。

※証明書作成の費用は、自己負担になります。



③自宅療養期間が終わり、登校したら、担任の先生に証明書(生徒手帳)を提出する。

### 【新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの場合】

☆保護者に証明書を記入してもらいます。

①PCR検査を受けることになった場合、保健所から新型コロナウイルスの濃厚接触者であると判断された場合、医療機関でインフルエンザと診断された場合は、電話で学校(担任)に連絡をする。



②指定された期間(新型コロナウイルス感染症の場合は保健所の指示に従う)自宅で休み、保護者に証明書を記入してもらう。自宅療養期間が終わり、登校したら、担任の先生に証明書(生徒手帳)を提出する。

【記入例：新型コロナウイルス感染症の場合】



新型コロナウイルス感染症で保健所等から証明書が出る場合は、そちらを代用していただいて構いません。証明書の記入に関してご不明な点は保健室までお問い合わせください。

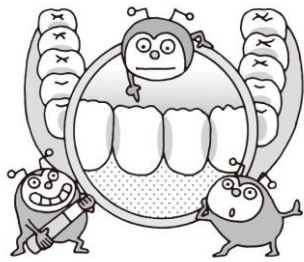
証明書	
1年5組30番 氏名 中野 花子	
診断名	新型コロナウイルス感染症
出席停止期間	R3年5月0日~00日
所見	PCR 検査日 5月0日
医療機関名	保護者氏名 保護者印
令和3年5月00日	

# ◎歯科検診について◎

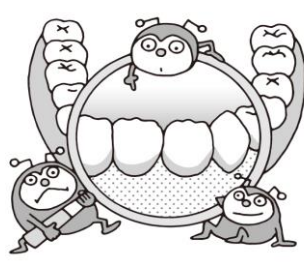
5月13日(木)に1年生と3年生、5月20日(木)に2年生の歯科検診を実施します。朝ご飯を食べた後にしっかりと歯磨きをして臨んでください。クラスによっては、昼食のあとに歯科検診になります。その場合は、昼食後に水道で口をゆすいでから歯科検診を受けましょう。歯ブラシを持参して昼食後に磨くことができると、より良いですね。



☆特に磨き残しが多いところはこの3か所！しっかりと磨けていますか？



① 歯と歯の間



② 歯と歯肉の境目



③ 奥歯のみぞ

歯科健診ではこんなことを見えています

☆歯科検診の時に、歯医者さんが言っている言葉の意味を知ろう！



斜線	健康な歯	過去に一度も治療していない健康な歯。
シーCO	要観察歯	初期むし歯。放っておくとむし歯に進行してしまう。
ジーGO	軽度の歯肉炎	歯ぐきに軽い炎症がある。放っておくと歯肉炎に進行してしまう。
シーC	要治療歯	むし歯。治療などのために歯科医受診が必要。

お願いです



歯をきれいにしたあとは…

私もきれいにして

歯をみがいたあとの歯ブラシは、食べカスや歯垢など汚れがいっぱい。根元についた汚れも流水で洗いましょう。



汚れはとれても…

濡れたままにしないで

しっかり乾燥させないと雑菌が繁殖してしまいます。風通しのよい場所でブラシのほうを上、立てて保管しましょう。



たくさん働きました…

そろそろ交換を

毛先が広がったブラシでは、汚れをきちんと落とせません。1カ月を目安に交換しましょう。

