

保健だより 6月



令和5年6月1日 愛宕台中学校 保健室

だんだん「今日は暑いなあ」と感じる日も増えてきました。熱中症と聞くと7月・8月が多いイメージですが、暑さに慣れていない6月こそ要注意。暑さに慣れていない体では、汗を上手く出すことができないため、体温調節のバランスが崩れてしまいがちです。一般的に暑さに慣れるには10日～14日かかるといわれているので、この期間は特に注意して予防しましょう。

熱中症予防

の

アウアウース

必須事項



熱中症は気象条件(気温や湿度、風通し、日照など)や、本人の体調など様々な要因が重なって起こります。ニュースなどで「熱中症で死亡」と耳にすると「怖いなあ」と思いますが、対策をすれば防ぐことができるのも熱中症の特徴です。

特に暑さに慣れていない今こそ油断せずしっかりと対策をして、万全の状態ですべての夏を迎えましょう。

見直されます！

新型コロナウイルス

出席停止期間

5月8日(月)より新型コロナウイルス感染症が5類感染症へと移行するニュースを耳にした人も多いのではないのでしょうか。それに伴い、感染したときに学校に出席できない(出席停止)期間も変更になりました。




改訂前

5月8日(月)～

治癒するまで



発症した後5日を経過 + 症状が軽快した後1日を経過するまで

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
					 症状軽快	登校 OK	
発症	発症から5日を経過しても、症状が改善されない場合には、引き続き自宅で休養をしてください。					 症状軽快	登校 OK

※ 「症状が軽快」とは、解熱剤を使用しなくても熱が上がらず、咳や喉の痛みが改善傾向にある状態です。

※ 発症時に無症状の場合は、検体を採取した日を0日目とカウントします。

※ 出席停止解除後も、発症から10日を経過するまではマスクの着用を推奨します。

6月の健康診断日程

月 日	内 容	対象学年	時 間	備 考
6月5日 月	腎臓検診2次(尿検査)	対象者のみ	9:00までに 保健室に提出	1次検査で「要2次」となった人が対象です。 容器・調査票 6月1日(木)配付 調査票がないと検査ができません。 検体と一緒に必ず提出してください。
6月12日 月	腎臓検診2次(尿検査) 予備日①	対象者のみ	9:00までに 保健室に提出	5日(月)に提出できなかった人が対象です。
6月15日 木	内科・運動器検診	全学年	13:45～	現在治療中のけが・病気がある人は検診の時に教えてください。
6月16日 金	腎臓検診2次(尿検査) 予備日②	対象者のみ	9:00までに 保健室に提出	12日(月)に提出できなかった人が対象です。
6月26日 月	貧血検査(採血)	希望者のみ	9:40～	採血で具合が悪くなったことがある人は事前に教えてください。



保護者の方へ

……治療のお願い……

健康診断の結果、治療・精密検査が必要な人には「治療票」を配付しています。健康診断は確定診断ではないため、精密検査の結果、「異常なし」と診断される場合もあります。しかし、無症状だけど疾病が隠れていたというケースも決して少なくありません。

毎年のことだから…と思わず、お子さんが毎日元気に過ごすことができるよう、お忙しいところですがぜひ受診のご協力をお願いいたします。なお、受診の際には治療票を医療機関にお持ちの上、医師にお渡しください。治療完了後は、担任まで御提出をお願いいたします。