

ほけんだより 9月

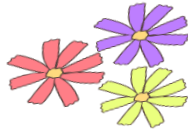
利根実業高等学校
保健安全部
令和5年9月19日

日中の気温はまだ高く、熱中症への油断ができない日々が続いております。体温の調節や、水分、食事の摂取に注意を向けてみてください。2学期は、行事が沢山あります。体調を整えて、元気にイベントを楽しめるようにしましょう！

療養報告書について

インフルエンザ、コロナについては、感染が確認された場合、次回登校時に、療養報告書の提出が必要となります。学校のHP、★保健部→右端にある、『出席停止の通知書』より、プリントアウトしてご使用ください。ご用意が難しい方は、プリントをご用意しますので、担任にお伝えください。療養報告書の記入については、同じページにある、『療養報告書の提出について』をご確認ください。

(登校の目安などが書いてあります)
ご不明な点は、担任または養護教諭宛てにご相談ください。



見直そう！感染症対策

地域差はみられるものの、異例の時期にインフルエンザの流行がみられます。インフルエンザも、コロナも、主な感染経路は飛沫感染、接触感染、空気感染です。この3つに有効な感染症対策は、①せっけんで手を洗う、②手指消毒を活用する、③うがいをする、④マスクを着用する、ことです。どちらも5日間の出席停止期間ではありますが、7～10日間はウイルス排出期間とされています。学校は集団生活ですので、特に、手洗いの遂行やマスク着用の配慮をお願いします。

学校では、手洗い石けん、手指消毒の活用をしています。引き続き、感染症対策を実施していきます。



10月10日は目の愛護デー☆☆

～タブレットやスマホを使うときは、こんなことに

- ①部屋を明るくする
- ②目は画面から30cm以上はなす
- ③30分に1回は、遠くを見るようにする

☆☆ 1日2時間を目安に外で過ごすことで、近視になりにくいといわれています。メディアから離れる時間も、楽しんでみましょう ♡



気をつけよう！～



保健室からのお願い



10月より、県下で高校生の医療費が無料化となります。それに伴って、スポーツ振興センターの医療費給付の形態も変わります。今までは、窓口で3割負担をしていたかかないと請求できませんでしたが、窓口負担なしで、請求できるようになります。給付額は、治療費の1割です。請求のメリットとしては、障害が残った際の見舞金等の権利が発生することや、卒業後も通院の保障対象となることなどが挙げられます。請求に際してご不明な点がございましたら、養護教諭宛に学校へご連絡ください。よろしくお願ひ致します。