



2020年9月  
神戸第一高等学校 保健室



## 新型コロナウイルス感染症対策継続！！ マスクも忘れずに

2学期が始まります。まだまだ油断せず、新型コロナウイルス感染症の予防対策をしていきましょう。「感染をさせない」マスクを着用して学校生活です。新しい生活様式にも慣れて来た頃でしょう。熱中症にも注意しながら、2学期も継続していきます。

### 《自宅での健康観察は、登校の目安》

毎日の体温測定・体調を確認し、発熱・倦怠感・風邪などの症状がある時は無理せずに自宅で休養しましょう。[裏面の健康観察表を活用しましょう。]

夏休み明けの生活リズムも整えていきましょうね。



神戸第一(本校)は  
①体育教官室の中  
②事務室前  
2つあります。



軽くうづむいて、親指と人差し指で鼻をつまむ



流水で傷口を洗い、清潔なハンカチなどで止血



流水で痛みがやわらかくまで冷やす

## 保健室からのお知らせ

保健室に報告しましょう。

- ①夏休み中に病気やケガで病院を受診した人
- ②健康診断の「検診結果のお知らせ」をもらい、病院を受診した人
- ③保健調査が未提出の人

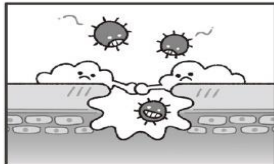
からだってすごい！

# ケガが治るまでを見てみよう

転んで足にすり傷ができてしまいました。傷口ではどんなことが起こっているのでしょうか？



① 血をとめる



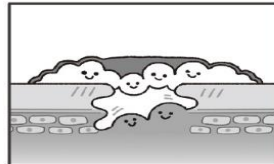
傷口に血小板が集まって、血の塊を作る

② バイキンをやっつける



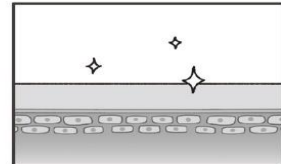
白血球がバイキンと戦う

③ 傷口を埋めてくっつける



線維芽細胞が働いて、傷口を埋める

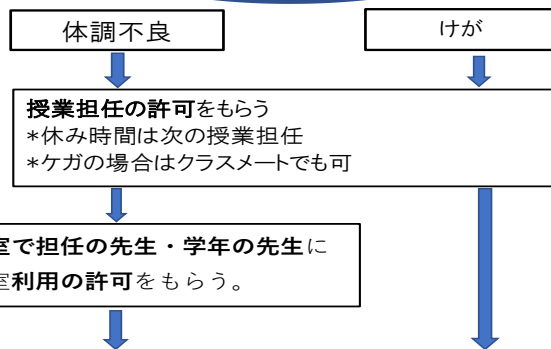
④ 新しい皮ふができる



表皮細胞が皮ふの表面をおおう

保健室を利用する時に、利用の手順を守れずにいる人がいます。もう一度確認しましょう。

### 保健室の利用の手順



保健室では誰もが気持ちよく、安心して利用できる保健室にしたいと考えています。勝手に入室しません。

コロナウィルス感染症対策、検温・マスクなど、養護教諭の指示に従い入室しましょう。



あひなっつ

#### <保健室利用のルール>

- ①保健室の利用は1時間です。
- ②早退は職員室で届け出を行います。
- ③スマホ(iphone・タブレット端末を含む)音楽プレイヤー使用は禁止です。
- ④保健室より借りた物は必ず返却しましょう。(生理用品・マスクは各自で準備してください)
- ⑤飲み薬はありません。(各自で用意して、人からもらってはいけません)
- ⑥保健室は応急手当をする場です。継続的な手当ではしません。
- ⑦付き添いの人の在室証明は出しません。(すぐに教室へ戻ってください。)

<学校管理下のケガで医療機関を受診した方へ>

次回のスポーツセンターへの締め切りは

**9月18日(金)**です。

まだ申請をしていない人は、保健室へ書類を提出してください。

災害発生から2年を経過すると、時効となり申請できません。

