



2021年1月
神戸第一高等学校 保健室

あけましておめでとうございます。

新しい1年のスタート「〇〇をしよう!!」胸を膨らませている人も多いのでは?保健室からみなさんの挑戦をいつも応援しています。

元気で充実した年となりますように。



コロナウィルス緊急事態宣言が発令されました。

令和3年1月14日(木)~2月7日(日)まで学校生活も変わります。

本校の取り組み コロナウィルス感染症の感染予防対策も一層努力していきます。

①正しいマスクの着用

教員は必ずマスクを使用し、授業をします。

②窓やドアを2か所以上開けた教室の換気

寒い中ではありますが、休み時間の換気を行います。授業中にも換気をすることもあります。

③手洗い・手指消毒の徹底

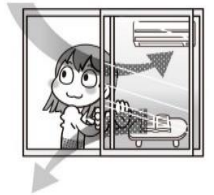
アルコールローションを各教室に配置し、教室の出入りにはアルコール消毒を実施します。

④健康観察

朝のSHRでは、生徒の皆さんの体調について観察し、体調が悪い、熱を測っていない生徒は速やかに測定し、必要時に保健室で健康観察を行い休養するべきか判断します。

⑤毎日の教室の掃除・消毒

担任の先生を中心に使用教室やトイレなど皆さんの触れる所を掃除・消毒しています。



耐寒登山 1月 15日(金)が中止になりました。

「寒さに打ち勝つ心と身体を養い、互いに協力をしあい、自然を愛し、親しむ態度を身につける」目的で毎年実施していました。今年の耐寒登山は中止となりましたが、コロナウィルス感染症の対策に、神戸第一の生徒は『忍耐強くお互いを励ましあう優しい心』で対応をしていきませんか。



『お互い様』の心で

誰かのせいだと批判するのではなく、お互い注意して予防して、大切な人を守るように、1日1日を大事に過ごしていきましょう。また、コロナ対応をしてくださる方、医療関係者や保健所の皆様にも感謝を忘れずに過ごしましょう。

コロナウィルス感染症の体調面・学習・進路について不安を抱えている人

カウンセラーを中心に支援をしていきたいと考えています。

何か心配な事があれば、保健室までご相談ください。

生徒の皆さんへのお願い **特に 3、4 を実践してください。

1、正しいマスクの着用をしましょう。

顎でずらしたりせず、食事以外は常に着用してください。

マスクを忘れた場合は、担任の先生、学年の先生に申し出ましょう。

2、手洗い・手指消毒の徹底

教室の出入り、食事前などには必ず行いましょう。手指消毒のアルコールがなくなったら、速やかに容器と共に保健室に取りに来てください。

3、登校前には体温測定、健康観察**

保健便りの裏面にある健康観察用紙を利用し、毎日記入をして、体調の変化を知りましょう。発熱に気づかず、無理をすることのないようにしてください。

健康観察表 (自宅用)

①朝・夕の体温測定をしましょう。それぞれの症状があれば〇をつけましょう。
 ②発熱・倦怠感・風邪などの症状があるときは無理せず自宅で休養しましょう。
 ③新型コロナウイルス感染症についての相談窓口
 兵庫県24時間対応コールセンター078 (362) 9980

体温測定方法

わきの温度は中心ほど高く、周辺は低くなっています。

温度が高いのはわきの中心

日時	曜日	朝	体温	夜	体温	咳	だるさ	頭痛	のどの痛み	家族：体調不良者あり	その他の症状
1/1	金	.	°C	.	°C						
1/2	土	.	°C	.	°C						

当てはまる症状や、家族に発熱者、濃厚接触者などがあれば、無理をせず自宅で休養をしましょう。

発熱がある場合は、対応コールセンターに病院受診について相談しましょう。

学校をお休みする時は、学校に連絡をください。下記のような内容も教えてください。

①体温は何度ですか? いつから発熱していますか?
②症状はありますか? 咳・発熱・筋肉痛・倦怠感・頭痛・下痢・咽頭痛・息切れ・味覚・嗅覚障害等
③ご家族や仲の良い友達など体調不良 (コロナの陽性・濃厚接触者) の方はいますか?
④病院に受診した、または保健所の指示はありますか? 病院名・保健所名 ()
⑤コロナウイルス感染症の検査をしましたか? PCR検査結果・抗原検査結果・抗体検査結果など
⑥何か心配な事や、相談したいことはありますか?

学校としては、保健所や学校医にご指導をいただきながら、必要な配慮と対応をしていきます。

4、食事の仕方**

飲み物の回し飲み、回し食べせずに、会話は控え、対面での食事を避けましょう。マスクを外すと飛沫感染や、食事と共にウイルスが口に入りやすいので、特に注意が必要です。