

# ほけんだより 9月



令和4年9月1日  
中央区立銀座中学校 保健室













長い夏休みが終わり、2学期が始まりました。まだ夏休みの生活リズムから抜け出せず「つらいな」という人もいるかもしれません。そんなときこそ、がんばって早起きをして朝ごはんの時間をつくってみましょう。朝ごはんは、1日のエネルギーの源です。しっかり食べて2学期も元気に過ごしましょう。

## 保健室の利用の仕方を再確認!

始業式で紹介があったと思いますが、2学期より新しい養護教諭の先生になります。誰でも安心して保健室が利用できるように、今一度、保健室のルールを再確認したいと思います。

ぜひ、皆さんから積極的に声をかけて、新しい先生が1日でも早く銀座中学校に慣れるようにサポートしてあげてください。

## 守ってください 保健室のルール

<p><b>来る前にひとこと</b></p> <p>次の授業に遅れそうな場合は、次の授業の先生または学年の先生に自分で伝えてから利用してください。</p>  <p style="text-align: center;">保健室来室カードを先生に記入してもらってください</p>	<p><b>保健委員と一緒に</b></p> <p>授業中は、保健委員または他の生徒や先生に付き添ってもらいましょう。</p> 	<p><b>その日に学校でおきたケガ</b></p> <p>前日やそれ以前のけがは、自宅で手当してください。必要に応じて、医療機関を受診してください。</p> 	
<p><b>原則、休み時間に利用</b></p> 	<p><b>原則1時間</b></p> <p>1時間休んでも体調が改善しない時は、早退も考えます。</p>	<p><b>借りたものは返す</b></p> <p>保冷剤等を借りたら、その日のうちに返しましょう。</p> 	<p><b>騒がない</b></p> <p>体調が悪くて、休んでいる人がいます。</p> 
<p><b>あいさつを忘れずに</b></p> <p>静かに入りましょう。</p> 	<p><b>薬はありません</b></p> <p>必要な場合は、持参してください。使用方法などを保護者の方と確認しておいてください。</p> 	<p><b>勝手に触らない</b></p> 	<p><b>具体的に伝える</b></p> <p>保健室に来たら 学年とクラス 名前 どこでどうして どうなった きを伝えよう!</p> 

## 感染症対策まだまだ続きます!

2学期も1学期同様、健康チェックカードの提出や手洗い、手指消毒などの感染対策行動を続けていきます。保健委員会が1学期に感染症対策の活動をする中で、なかなか協力を得られないことがあって困っているとの声を聞くこともありました。

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、日常生活におけるルールが増えました。なぜ、ルールが増えたのかを再度振り返ることが大切です。感染対策は、自分だけでなく、家族や友達などお互いを守るために必要なことです。2学期も学校全体で感染症対策に努めていきましょう。

