



保健室だより 10月号



2024

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

【看護師在室時間】黄色：9:00～16:00

白色：不在

学校感染症（新型コロナウイルス感染症・インフルエンザ）と診断された学生は、保健管理センターWebサイトにあるFormsより報告してください。

教職員の方へ

8～9月に学内で実施された定期健康診断を受診しましたか。

◆健康診断を受診した方→お手元に届きます健康診断の結果通知書を必ず確認しましょう。同封されている「健診結果を健康づくりに活かしましょう！～健診結果の味方とワンポイントアドバイス～」を参考にしてください。今年の結果だけではなく、去年一昨年との数値の変化も気にかけてみましょう。

「受診結果報告書」が同封されていた場合は、医療機関を早急に受診し、受診後に報告書を記載し鶴見保健室もしくは八景保健管理センターに提出してください。

◆健康診断を受診できなかった方→ご自身で、医療機関等で健康診断（法定の健診項目が含まれていることを確認ください）を受け、その結果のコピーを鶴見保健室もしくは八景保健管理センターに提出してください。費用は自己負担となります。

正しい手洗いが出来ていますか？

10月15日は「世界手洗いの日」です。正しい手洗いを広めるため2008年にユニセフなどが決めました。新型コロナウイルス感染症の世界的大流行と言われた2020年頃は、意識し頻回に正しく手洗いを行っていたと思いますが、最近はどうですか。手洗いの習慣は続いていますか。これからの時期、気温や湿度が下がると、インフルエンザなどの呼吸器感染症、ロタウイルス・ノロウイルスなどの感染性胃腸炎といった感染症の流行も心配されます。感染症対策の基本の一つに手洗いがあります。正しい手洗いをを行い感染症を予防していきましょう。

【手洗いをするタイミング】

- 登校・出勤した時、
- 外出先から戻った時、
- 食事の前、
- 咳やくしゃみ・鼻をかんだ後、
- トイレの後、
- 共有のものを触った後、
- 調理の前後、
- 症状のある人を世話した後、など



正しい手の洗い方

- ① 手洗いの前に
 - 爪は短く切っておきましょう
 - 時計や指輪は外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。