



ほけん だより 12月

令和4年12月23日
第8号
田万川中学校 保健室

今年も残りわずかとなりました。オミクロン株の流行もあり、今年も新型コロナウイルス感染症の影響が多くあった1年でした。行事の変更等、我慢することもあったと思いますが、前向きに過ごすみなさんの姿に、たくさんの元気をもらいました。

来年も、明るく元気なみなさんに会えることを楽しみにしています。体調に気を付けて、よい年を迎えてください。



年末年始も感染症への対策を！

楽しいイベントがたくさんある冬休みですが、今後も新型コロナウイルス感染者の増加が続く見通しです。年末年始は感染症対策を念入りにして過ごしましょう。

感染症予防の3原則！

感染経路の遮断

手洗い、手指消毒、マスク



感染源の除去

人との密な接触や人混みを避ける

抵抗力を高める

十分な栄養・睡眠、適度な運動



これまで私たちが新型コロナウイルス感染症の対策として実行してきたことの「おさらい」になりますが、感染症を予防するための基本的な方法には、一人ひとりが簡単に実行できる内容が多いことが改めて分かります。本当に恐ろしいのは「面倒」「自分は大丈夫」といった気持ちの緩みなのかもしれません…。

冬の服装、あなたは大丈夫？

- 着ぶくれになっていませんか？
厚い服や上着を着込むのではなく、肌着と薄めの服で動きやすい重ね着にしてみましょう。
- ポケットに手を入れていませんか？
転んだ時にけがをしやすくなる原因となります。
寒い時でも、手はポケットに入れず、手袋をしましょう。
- 防寒着を使いすぎていませんか？
汗をかかない範囲で、着脱しやすいものがおすすめです。



～ 保護者の皆様へ ～

① 健康診断結果の再配付について

健康診断の結果から、受診が必要な場合は、健康診断の結果を配付しておりますが、歯科検診・耳鼻科検診、眼科検診、視力検査の結果、12月20日（火）現在で、受診の連絡を受けていないお子様には、保護者懇談会の際に、結果の再配付をしております。ぜひ冬休みを利用して、受診をしていただくよう、お願いいたします。

また、学校での健康診断は疾病・異常の疑いがあるものを選び出すスクリーニングです。そのため、専門医を受診した結果、「異常なし」と診断される場合もあります。ご了承ください。



② 年末年始に発熱等の症状があるときについて

年末年始（12月30日～1月3日）に発熱等の症状がみられたときには、下記の通り、診療センターもありますのでご活用ください。

萩市休日急患診療センター：0838-26-1397

※休憩時間等、対応が困難な場合もありますので、ご注意ください。

※受診する前には、必ず事前に電話をお願いいたします。

なお、従来通り、「萩・阿武健康ダイヤル24（0120-506-322）」については、24時間365日相談することが可能です。

