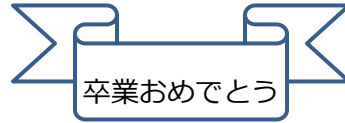


今号裏面に掲載予定の「インフルエンザ治癒報告書」は新型コロナ関連の記事に差し替えました。「治癒報告書」は学校ホームページからもダウンロードできますが、必要な場合は学校までお知らせください。

保健だより



令和2年3月11日 市川市立東国分中学校 保健室

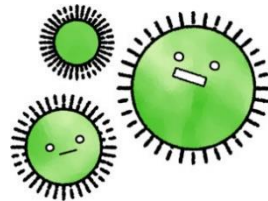


新型コロナウイルスの影響で学校の臨時休校が続いています。何日間も自宅待機の状態が続き、行動が制限され、ストレスがたまる一方という人が多いのではないかと心配しています。休校中であっても、学校がある時と同じように、朝起きて、計画的に学習に取り組むほか、軽く運動したり、お手伝いをしたり、しっかり睡眠をとるなど、規則正しい生活を送りましょう。

16日(月)は卒業式です。1, 2年生の皆さんは卒業式に出席することができませんが、3年生の思いに心を寄せ、心の中で一緒にお祝いしましょう。

3年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。

新型コロナウイルスの感染経路



新型コロナウイルスについては十分解明されていないこともあるため、一般的な感染症対策や健康管理を心がけてください。(裏面参照)現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが感染経路として考えられています。

(1) **飛沫感染** 感染者の飛沫(くしゃみ、咳、つばなど)と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。→人込みの多い場所は避けましょう。屋内でお互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすときは注意しましょう。

(2) **接触感染** 感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、自らの手で周りの物に触れると感染者のウイルスが付きます。未感染者がその部分に触れると感染者のウイルスが未感染者の手に付着し、感染者に直接接触しなくても感染します。→石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる消毒を心がけましょう。



◆保護者の皆様へ◆

～災害共済給付制度について～



本校生徒は全員、日本スポーツ振興センター(JSC)の災害共済給付制度に加入しているため、学校管理下で生じた負傷や疾病などで医療機関を受診した場合、給付金が支払われます。申請書類は保健室にありますので、必要な場合はお知らせください。

- 学校管理下とは、授業中や休み時間、部活動中、登下校中など。
- 医療費が5,000円以上《窓口での保護者負担額が1,500円以上》が対象
- 支払請求の時効は、給付事由が発生してから2年間

中学校在学中に生じた負傷や疾病で、高校進学後に診療が続く場合は、医療費総額が5,000円を超えるまでは中学校から請求します。5,000円を超えた後にも診療が続く場合には、中学校から高等学校へ引き継ぎ(申し送り)をし、高校から請求します。中学校卒業後、JSCに加入しない場合は、卒業生として中学校から請求します。ご不明な点は保健室までお問い合わせください。

歯みがき強化週間(2月17日(月)~21日(金))

2月は歯みがき強化月間でした。3年生は高校入試の関係で、給食がない日が何回かあったため、2月の強化週間は1, 2年生と5, 6組だけで実施しました。**1年3組、5組、6組の皆さんは、クラス全員が給食後の歯みがきをしていました。**ほかのクラスでも、多くの人が積極的に歯みがきに取り組み、**全校平均で80.5%**の人がみがいていました。

1月に実施したいきいきちばっ子生活習慣チェック表をみても、「**歯みがきを1日3回行うことが多い**」と回答した人は、**全校の71.2%**にのぼり、給食後の歯みがきが、強化月間であるかどうかにかかわらず、定着してきたようです。



2月の残菜ゼロデーの結果

※()は残菜率

ごはん(3.9%)、牛乳(8.9%)、タラのチリソースがけ(1.9%)、わかめの酢の物(4.7%)、沢煮椀(3.1%)

とてもよく食べていました。百合台小学校の栄養士さんからのメッセージは、各階のヘルシースクールの掲示板にあります。4月以降もしばらく掲示していますので、ぜひ読んでください。



今回の臨時休校により、生乳や乳製品に余剰(あまり、残りのこと)が出てしまい、農林水産省のホームページには「学校給食用牛乳の休止等による牛乳乳製品の急激な需要減少が懸念されています。是非、生産者の方々を支えるため、また、ご自身やお子様の健康のため、牛乳やヨーグルトなどを食べていただけるようにご協力をお願いいたします。」とあります。皆さん、健康のためにも、牛乳乳製品をとるようにしましょう。

卒業生の保護者の皆様へ これまで東国分中学校の保健管理等に、ご理解とご協力をいただきありがとうございました。お子様の今後の健やかなご成長とご家族皆様のご多幸をお祈りいたします。