

保健だより 5月号

令和5年5月15日 茨城県立大洗高等学校 保健室

新学期が始まり1か月が経ちました。新しい環境に慣れてきてほっとするこの時期は、今まで緊張していた分の疲れが出やすい時期です。規則正しい生活と休息を心がけましょう。また、気持ちを緩めてリラックスできる時間を作るなどして、心も上手にリラックスしてください。



5月・6月の健康診断日程

◆5月◆

17日(水) 心臓・結核検診 【1年生】
18日(木) 尿検査① 【全学年】
 歯科検診 【1年生】
25日(木) 内科検診 【3年生】
29日(月) 尿検査② 【未提出者】

◆6月◆

1日(木) 内科検診 【2年生】
7日(水) 尿検査③ 【2次検査者】
15日(木) 内科検診 【1年生】

欠席や提出忘れのないよう注意しましょう！



新型コロナウイルス感染症について



新型コロナウイルス感染症が感染症に関する法律上の「5類」へ移行されました。学校での対応も以下のように変更になっています。

1. 出席停止期間

「発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで」

- ※発症した日、症状が軽快した日を0日と数えます。
- ※「症状が軽快」とは、解熱剤を使用せずに熱が下がり、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあることを指します。
- ※発症から10日を経過するまでは、マスクを着用し、感染を拡げないようにしましょう。

例	発症日	発症後					
	(0日目)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
発症後 4日目に 症状軽快	発熱				症状軽快	症状軽快後 1日目	登校 可能

2. 濃厚接触者

濃厚接触者の特定はなくなり、自宅待機を求められることはありません。同居している家族が感染したとしても、本人が感染していない場合は、登校可能です。

3. ワクチン接種

ワクチン接種に関する早退や遅刻、欠席は欠課扱いになります。
接種をする場合は、なるべく授業に影響のない放課後や休日にしましょう。



★コロナ禍で習慣になった「手洗い・うがい・咳エチケット」などの感染予防対策は他の感染症にも有効です。自分の体調管理のため、引き続き、基本的な感染予防対策に努めていきましょう。