

ほけんしつだより

大阪府立大手前高等学校

No. 1

2021 年 4 月



大阪のコロナ感染状況が急激に悪化しています。本校でも新型コロナ感染者が出ました。しっかり感染対策をしても、いつ、誰が罹ってもおかしくない状況なのだと実感しました。そして、自分が感染しないという観点だけでなく、自分が気付かないうちに人にうつすかもしれないということを、今まで以上に意識して生活しなければと考えさせられました。これ以上広がらないことを祈るばかりです。集団での学校生活は、感染を広げないために一人ひとりの自覚が大切です。4～5月は大きな学校行事がいろいろと予定されています。引き続き、感染拡大防止対策をしっかりと行っていきましょう。

コロナ感染を防ぐ6つの力キ！

大変だけど、面倒だけど、
みんなで心掛けていきましょう

1 毎朝の体調 チェック

よしっ 今日も元気だ！



- ・登校前に、検温などで自分の体調を確認しよう。
- ・発熱や風邪症状があれば無理をせず休もう。
- ・昨年度も登校後発熱がわかり、そのまま早退した生徒が何名かいました。

2 いつでも マスク

- ・マスクは予備をカバンに入れておこう。
- ・食事、体育、部活動中以外はマスク着用。
- ・更衣時も速やかにマスク着用を。



3 手洗い アルコール 消毒

- 手洗いや消毒をこまめに
- ・登校後
- ・食事の前
- ・体育、部活動の前後
- ・複数の人が触れているところを触った後 など



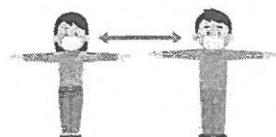
4 食事中の マナー



- ・食事は自分の席で。
- ・向かい合って食べない。
- ・食事中は大きな声を出さない。
- ・お弁当のおかずの交換、ドリンクの回し飲み、コップの共用ダメ！
- ・食事を終えてマスクをつけてからお喋りしよう！

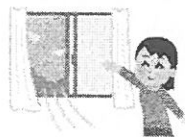
5 フィジカル ディスタンス

- ・身体的な距離をとろう
- ・くっついてしゃべらない



6 換 気

- ・空気の流れをつくろう
- ・2か所は窓を開けよう



4月に行われる

健康診断

どのくらい成長してるかな？病気はないかな？
この機会に、自分の体のことを知ろう！

■ 4月22日(木)午後 全校一斉に健康診断 この日に行うのは以下の項目です



身長



体重



視力



聴力

(1・3年のみ)



内科検診

- この日は体操服が必要です。
- メガネ・コンタクト、ハンカチ(視力検査時に目を覆うのに使用)を忘れずに。
- グループごとに検診会場を回ります。距離をとって静かに検診を受けましょう。

■ 4月26日(月)(予備日27日) 全校生徒検尿

採尿容器は23日(金)に配布します。26日(月)の朝一番の尿を家で採尿。
登校したら朝のSHRで担任が回収します。



- 検尿では何を調べているかというところ…
蛋白・潜血→腎臓機能に異常がないか、尿路感染症や尿路結石などの病気がないか。
糖→糖尿病がないか、などを調べます。
- 今回生理の人は、2次検査(5月19日)の時に提出してください。

■ 1年生は4月8日に心臓検診と、結核検診を行いました

何か所見があれば、個別に連絡をします。連絡がない人は「異常なし」です。

お し ら せ

スクールカウンセラー来校日

- ◎ 花井洋子カウンセラー
4月23日(金)12:00～17:00
- ◎ 桶谷千晶カウンセラー
5月7日(金)13:00～17:00

新学期が始まって不安や悩み事がある人はいませんか？一人で抱え込まずにお話してみませんか。申し込みは保健室(元木)まで。保護者の方も受けることができます。

第1回 歯科個別相談

4月27日(火) 15:30～17:00
学校歯科医 畦崎先生

今年度の一斉歯科検診は6月に行います。
現在、歯や歯肉、顎関節、口臭など気になることがある人は、一足先に相談にのっていただけます。希望者は、4月26日昼休みまでに保健室まで申し込んでください。

保健室を紹介します

大手前高校には養護教諭が2人います。こころや体がしんどくなったときには保健室をのぞいてみてください。

廊下

トイレや手洗い場の石鹸、アルコールは保健室で補充。

廊下側 出入口

ここで上靴を脱ぎ室内スリッパに履き替えます。上靴に名前ちゃんと書いてますか？年に2回位履き間違え事件が起きます。

担架は、本館4階の1号エレベーター横にも設置しています

担架

こころのお薬

生徒に人気の小箱。保健室に寄ったら引いてみて。ガチャポンケースから出てくる「お言葉」は、今のあなたの心に不思議としっくりきますよ。自分に喝！を入れた人向けもあります。

計測コーナー

男子生徒が好きな身長計。朝測る方が夕方よりもちょっと高いですよ。体重と身長のバランスを調べる肥満度計測器もあります。

本コーナー

体の仕組みを知りたい人はこちらの棚を見てね。

身長計
体重計

診察台

視力計

本棚

メッセージの小箱
先輩からの秘密のメッセージが入っています。

体組成計
体脂肪や筋肉量が測れます。

手当記録コーナー

まずはここで主訴を聴きます。来室カード（内科は白い用紙）に体温を測りながら記入しましょう。けがは青い用紙に記入。

本コーナー

心が疲れた時に読みたい本がいろいろあります。手にとってみて。

本棚

足洗場

すり傷は汚れが残らないよう、徹底的に流水で洗うことが大切。保健室に来る前にまず洗ってから来ましょう。

冷蔵庫

洗濯機

流し

中庭側出入口

グラウンドでの行事時や緊急の時のみ使用します。

明るく開放的な広～い窓。今、窓からは薄紫色の藤の花やつつじがきれいに咲いているのが見えます。今年は咲くのが早いです。これからは中庭の新緑が目を楽しませてくれます。

中庭

山崎 博美 養護教諭

嬉しい事も悲しいことも皆で共有していきましょう。よろしくお願いします。



元木 千賀子 養護教諭

しんどそうに保健室に来た子が笑顔になって教室に戻っていく姿にこちらも元氣もらってます！



ソファコーナー

ゆっくり話をしたい時はソファに座ってお話しましょう。言葉に出してみると、気持ちがちょっぴり楽になりますよ。

製氷機

けがした時や、頭を冷やす時にお世話になります。ソファに座って話をしていると、ガタン！と氷ができる音に、皆びっくりします。



ベッドルーム

カーテンで仕切ったベッドが3台あります。合い言葉は「睡眠不足は自宅で解消しましょう」学校でしんどくなるほど自分を追い込まないでね。



本校には2台あります

知っておこう・確認しておこう

AED設置場所

- ① 体育館1F 北側壁面
グラウンドから体育館に向かって左側
- ② 本館4F
エレベーター1号機横