

保健だより5月

R2.5.20 甲府商業高等学校 保健室

いよいよ学校が始まりますが、まだまだ油断ができない状況が続いています。一人一人が意識を持ち、感染症対策を行うことが大切です。再開にあたって、学校での感染症対策をお知らせします。

学校での新型コロナウイルス感染症対策について

①登校前の家庭での検温・健康観察の実施（必ず家庭で検温をして登校してください）

- ・朝SHRで健康カードに家庭での体温・体調を記入してください。
- ・発熱等の風邪症状、においや味の異常が見られる時は、無理をせずに欠席し、担任に連絡をお願いします。

②マスクの着用・咳エチケットの励行（布マスクも活用してください）

- ・野外活動時、十分な距離（2m程度）をとれるならば、マスクは不要です。

③液体石鹸、アルコール消毒液での手洗いの励行

- ・アルコール消毒液は各HR教室、廊下・トイレに置いてあります。

④教室の消毒・換気

- ・毎日、定時（2校時終了休み、昼休み、5校時終了休み、清掃時）に2～3分程度換気をしましょう。
- ・各HR教室は、加湿器に次亜塩素酸水を入れ、水で薄めて加湿し、教室内を消毒します。
- ・次亜塩素酸水がなくなった場合→特別教室と同じ方法で消毒します。

⑤特別教室の消毒・換気

・授業開始前に手指消毒を行いましょ。授業終了時には、2ℓのペットボトル次亜塩素酸水溶液（ハイターを薄めたもの）をキッチンペーパーに湿らせ、使用した机椅子、ドアノブ、スイッチ、教卓等を拭きます。

⑥清掃時には使用教室のドアノブ、スイッチ、机椅子等の消毒を行う。

- ・特別教室と同じ方法で、消毒します。

〇手洗いは接触感染を予防するために大切です

人は無意識に顔を触っています。そのうち、目、鼻、口などの粘膜は約44%を占めています！（1時間あたり計10回）

手にウイルスがついた状態で口や鼻を触ることで粘膜から感染してしまいます。手洗いは接触感染を予防するのに効果があるため、正しい方法で行いましょう。

接触感染に注意！



正しい手の洗い方



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

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。

※参考 文部科学省ホームページより

健康診断について

月日	項目	服装	対象学年
5/25 (月)	身体測定	制服	1年、2年
5/26 (火)	身体測定	制服	3年
6/16 (火)	内科検診	体育着	3年

※表以外の健康診断は、延期となりました。
日程が決まり次第、お知らせします。

保健室の利用について

《こんな時は保健室へ》

- けがをしたり体調が悪い時
- 体や健康について知りたい時
- 体や心について相談したい時

保健室は学年、クラスに関係なく色々な人が利用する場所です。
思いやりの心、マナーやルールを忘れないで下さい。



※保健室での内服薬提供はできません。必要な場合は各自で持参し、管理してください。
また、絶対に友達同士で薬をあげたりもらったりしないでください。

災害共済給付金について

本校在学中は日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度に加入しており、学校管理下(授業中、部活動中、休憩時間中、登下校中)で災害(負傷、疾病、障害又は死亡)が発生した場合に、その治療費(保険診療範囲内)や見舞金の給付が行われます。

＜給付条件＞

医療費(医療保険でいう10割分)が5,000円以上の時

＜請求手順＞

- ①保健室で請求を申し出て書類を受け取る。
- ②保護者や医療機関に必要書類を記入してもらい保健室に提出する。
- ③月末に養護教諭が請求手続きを行う。
- ④申請が通れば手続きの約2ヶ月後に給付金が保護者指定口座に振込まれる。

＜領収書の添付について＞

- 学校へ提出する際に、必要書類と共に領収証の提出をお願いします。
- 領収証は手続き完了後、返却いたします。

＜公費医療負担制度を利用しているご家族へ＞

「ひとり親家庭等医療費」「子ども医療助成」等による行政窓口無料との併用はできません。

• 行政で対象者へ窓口無料化を行っていますが、「日本スポーツ振興センター制度」を利用する場合は、「日本スポーツ振興センター制度」が優先します。この場合、医療機関や薬局の窓口で医療保険対象の「日本スポーツ振興センター制度」の医療費給付を受けることを伝えていただき、3割分の自己負担額を窓口へ支払ってください。

その後、学校へ日本スポーツ振興センターの給付申請手続きを行ってください。日本スポーツ振興センター制度の医療費給付は4割分(自己負担分の3割に療養に伴って要する費用1割を加算したもの)を受け取ることができます。