



令和3年10月19日  
上田市立第一中学校  
保健室

一日の中でも気温差が激しい季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。気温が低くなり空気が乾燥してくるとウイルスの活動が活発になるため、引き続き、朝の健康観察 水分補給 手洗い 手指消毒 咳エチケットを意識して生活していきましょう。



## 朝の健康観察について

毎朝のご家庭での健康観察ありがとうございます。  
今（感染警戒レベル2以上）は、新型コロナ  
ウイルスの感染防止対策によって、本人、ご家族に  
風邪症状がみられる場合は、登校を控えていただく  
ようになっております。  
ピンク色の健康チェックカードの項目の確認をお願いします。

衣服の調節の確認を！

感染症対策用持ち物

（健康チェックカード・マスク・ジップロック等・ハンカチ・ティッシュ・水筒）



朝のご家庭での健康観察によって、症状の状態によっては、かかりつけ医にご相談いただき、無理をしないように、もしもの場合を想定した行動をしていただきますよう、引き続き慎重なご対応をよろしくお願いいたします。

生徒の中には、コロナ予防接種の副反応と思われる、体が重い、だるい、あつい・・・等の症状を訴えて来室する場合があります。無理せず、ゆっくりと休養し身体を休めていただくことが大事かと思いますので、朝の状態がよくて登校した場合でも、学校生活が困難な場合はお迎えをお願いしております。なお、副反応で学校を休む場合は欠席にはなりません。早退・遅刻にもなりませんのでご無理のないように身体を休めていただけたらと思います。

## ピンク色の健康チェックカード 体温記録表について

ピンク色の健康チェックカードは毎日の持ち物です。 体温記録表に毎日の体温を記録するようになっていきます。休日も含めて検温記録をお願いします。朝の部活動を開始する前は、このカードに基づき、顧問が健康状態をチェックしていますので、必ず持参するようにしてください。また、生徒はこのカードを基にクロムブックに自分の健康状態と体温を入力しています。その結果を副任と保健室で重ねて確認しています。

## お迎え 緊急連絡先について



気温差が激しく、のどが痛い、鼻が出る、咳が出る・・・等の風邪症状と思われる生徒が目立つようになってきました。おうちの方々のご配慮により、すぐにお迎えに来ていただくことができ、お子さん達も安心して学校生活を送ることができています。ありがとうございます。

年度当初、学校にお知らせいただいた緊急連絡先が変更になっている場合は、至急、学級担任までお知らせください。

体調不良による早退、怪我をした場合等、緊急で対応が必要な場合に、ご家庭への連絡がスムーズにとることができますようお願いします。お子さんにもどこへ連絡をすればよいのかを伝えておいてください。

## 保健関係提出物について

☆**尿検査について**☆ 該当の生徒は 10月21日(木) 22日(金)朝のうちに保健室入り口の袋へ入れていただくよう通知をさせていただいております。最終締め切りは両日とも2時間目休みまでです。期日時間以外の提出は受け付けることができませんので、期日時間を守り、必ず提出ができるようにお声かけをお願いします。

☆**食物アレルギー状況調査票について**☆ 1年生2年生  
来年度に向けての非常に重要な書類です。命に係わるとても大事な対応になってまいりますので、まだ提出できていない場合は至急学級担任へご提出をお願いいたします。内容によっては、12月の保護者懇談会の折などに確認をさせていただきたいと思っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

## 3年生修学旅行に向けて

健康調査へのご協力ありがとうございました。生活リズムを整えて、元気で楽しい旅になるように願っています。日ごろの体調をみて、常備薬がある場合は必ず持参をお願いします。常備薬以外の薬の対応はできません。くれぐれも忘れることがありませんようによくお願いします。また、車酔いがあり酔い止めの服薬が必要な場合は、各自対応ができるようにしておいてください。体調面で心配がある場合は、遠慮なく担任または保健室へお声かけください。