

保健だより 6月

佐賀県立伊万里実業高等学校
(商業キャンパス) 保健室
令和4年6月24日発行

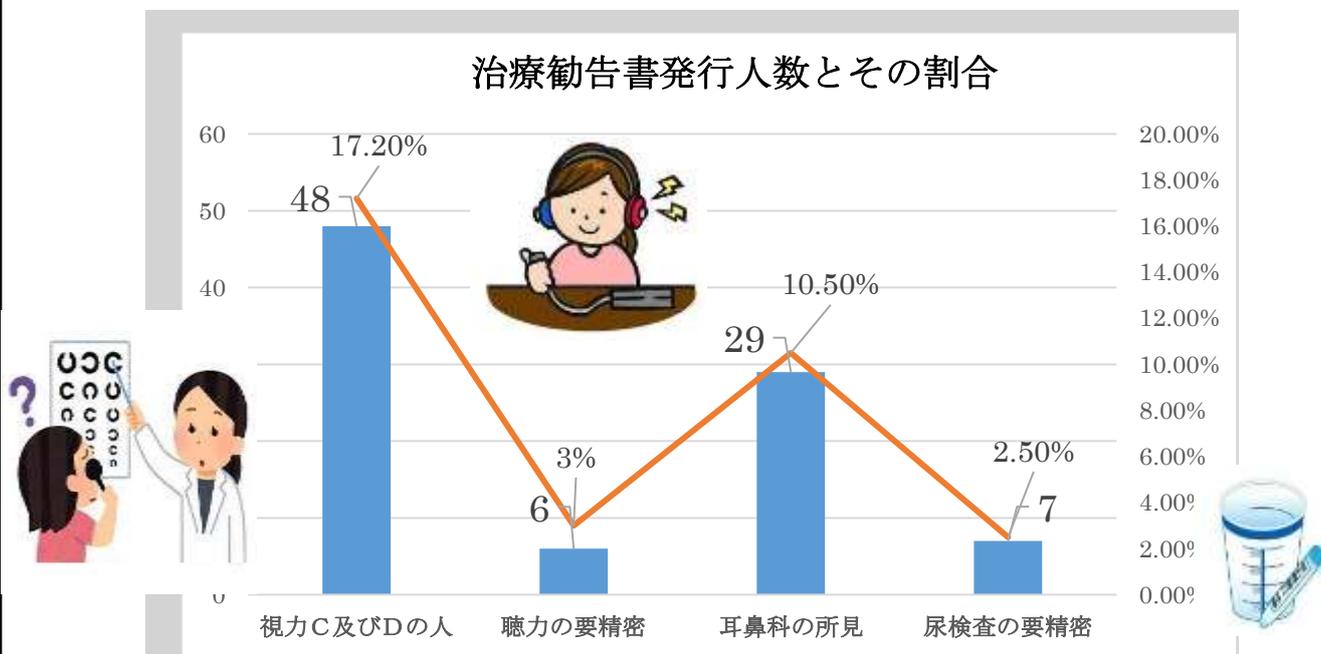
新型コロナウイルス感染症に追い打ちをかけるようにロシア・ウクライナ戦争が始まりました。このことは日本経済にも大きく影響を及ぼしています。各種資源(アルミ、木材、原油、ガスなど)高騰により、もののコストが値上がりしていることは皆さんも知っていますね。

3年生はこれから自分の将来像を描いて企業説明会などに参加すると思います。社会の情勢にも目を向け広い視野をもって、礼節を重んじる、心身ともに健康でたくましい人になってもらいたいと思います。

【自分の健康課題を、しっかり見つけて健康保持を！】

健康診断が終わると、保護者様あてに結果を通知することを健康診断の事後指導と言います。何らかの異常が見つかった、それこそが、あなたの健康課題です。健康課題を解決できるかどうかは、その人の**自己管理能力**にかかってきます。夏休み明けに受診したかどうかのアンケートを取りますので、計画的に受診をお願いします。

視力、聴力、耳鼻科、検尿について、所見のあった人には、 「治療勧告書」を発行しました。



進路先に提出する「調査書」には身体測定と視力、聴力を記入します。CやDのままでは支障が出る場合がありますので改善した場合は必ず保健室に連絡してください。難聴の疑いの人は、疑いのままにせず専門医で診察を受けて結果を報告してください。歯科検診の結果はただいま作成中です。もう少し待ってください。

女子トイレに“生理用品”を設置しました。

さまざまな理由で生理用品が準備できなかったり、必要な時に心理的負担を感じずに、より安心して生理用品を利用できるよう、県立学校の女子トイレには、生理用品を設置しています。

事前に、女子保健委員が集まって話し合いをしました。初めは洗面台に設置していましたが人目があって使いにくいとの声が上がリ、各トイレの個室2か所に設置することにしました。各自、清潔な手で、丁寧に扱ってください。自分で用意することが基本ですが、**困った人が、困った時に使ってください。**

可愛い収納ケースを家庭部の生徒が作成してくれました。生理用品がなくなりそうになったら保健室に遠慮なく申し出てください。トイレの音姫が鳴らない場合は電池交換をすれば解決します。生徒総会の意見に出すまでもなく、気がついた人が事務室に電池を取りに行ってください。石けん液やペーパーの補充もそうですが、なくなったまま、困ったままにせず、誰かが解決してくれるのを待つのではなく一日一善。“善意の行動”をしてくれるステキな伊実生が多くなったらいいと思います。



家庭部の皆さんありがとうございます。便座の除菌用フックも製作してくれました。

☆マスク着用の使い分け☆

コロナ禍から、最近はアフターコロナといういい方を聞くようになりました。

終息してはいませんが、収束中であることは間違いありません。それと同時に熱中症に気をつける時期になりました。マスクの着用についての最新情報です。一人である場合（車の中）や人との距離がとれる場合は

マスクを外しても構いません。

屋外・屋内でのマスクの着用について

【屋外】	距離が確保できる	距離が確保できない
会話をする	マスク必要なし	マスク必要
会話をほとんどしない	マスク必要なし	マスク必要なし
【屋内】 教室、部室	距離が確保できる	距離が確保できない
会話をする	マスク必要	マスク必要
会話をほとんどしない	マスク必要なし	マスク必要

マスクは基本的な感染症対策です。屋外では人との距離が2m以上確保できる場合や距離が確保できなくても会話をしない場合はマスクを着用する必要はありません。ただし、電車やバスでは換気ができないのでマスクを着用しましょう。体調不良時はこれまで通り、出勤・登校・移動は控えてください。

マスクによる肌荒れ➡マスクに覆われた肌は、過度な蒸れと乾燥を繰り返し、肌荒れを起こしやすくなり、ニキビが悪化することもあります。ガーゼを挟むなどの対応や洗顔後に化粧水、クリームをつけ肌を保護しましょう。