

新学期がスタートしましたね。新しい学年、新しい友だち…。たくさんの「新しい」に出会いワクワクドキドキ、心が忙しい毎日ではないでしょうか？ 早く慣れようとあせってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫。『笑顔 ☺』いっぱい的一年にしていきましょう。

## ～新しい生活様式～ 再確認しよう



### コロナ禍の日常生活を振り返る

コロナ感染症が日本中に広がり家庭や学校での生活が大きく変わりました。コロナが流行してから…ガマンしないといけないことや、面倒だなと思うことも増えたりして生活での規制が多くなり大変さを感じることもあります。でも…しっかり対策をとることはとても大事！！

## 毎日の検温はなんのため？



毎朝、学校で検温しましたか と聞かれます。

☆何のためにしているのでしょうか？

\*熱があると、コロナにかかっていて広がってしまうから。

コロナウイルスに感染すると風邪のような症状になることから気をつけないといけない。

\*発熱があるとコロナか分からないけど可能性があるから。

☆インフルエンザが流行期には 検温しないのに、コロナはなぜ検温するのでしょうか？

\*コロナの場合、命を失うかもしれない怖い病気だから。

\*毎日感染者や重傷者、亡くなった人の人数が発表されている

インフルエンザでは急に死んだりしないけど、コロナは突然起こる。

インフルエンザは薬があったり、治療がはっきりしているけど、コロナ

今までになかった病気だから、誰にうつるか分からない。

でも、対策をしっかりすることで防げることもわかってきた。

**なので、…検温は毎日する必要があるのです。**

『新型』とは、コロナウイルスの新型で、病気の原因となるウイルスが新型ということです。コロナウイルスは少しずつ姿をかえて人間に侵入してきます。今回のコロナウイルスは世界中に広がり、世界で約1年の間に4.9億人以上が感染し、618万を超える人が亡くなっています。



寝朝  
てご  
いは  
たん  
いよ  
り？

### 新学期

がスタートしました。「1分でも長く寝たい」と朝ごはんの時間をけすっていませんか？

朝ごはんをぬくと頭がボーッしたり、体のだるさや疲れを感じやすくなります。睡眠時間が少しのびても、これでは体によくありませんね。

特にとんとん体が育つ成長期は、1日に必要なエネルギーが最も多くなる時期です。朝からしっかり食べて、1日元気で過ごせるようにエネルギーを補給しましょう。

睡眠も大切ですが、朝ごはんの時間もつくってくださいね。



今年も保健室は  
頑張るあなたを  
応援しています。



## 保護者の皆さまへ

### ○保健関係の書類について

学校での急病やケガなどの時の連絡や内科検診や心電図検査等に必要なので正確に記入して4月15日までに提出をお願いします。

### ○日本スポーツ振興センター給付金の請求について

学校生活の中でけがをして受診すると、災害給付金の請求ができます。

- 授業中、休憩中、学校行事、部活動、登下校など
- 保険診療で3割自己負担(窓口での支払いが1500円以上)の場合、日本スポーツ振興センターより医療費総額4割が支払われます。



\*沖縄県では2022年4月より、中学生までのすべての子どもの医療費が無料になります。学校管理下の事故やケガの場合、教育委員会が加入している日本スポーツ振興センター災害給付制度を受けることができます。治療を受ける際は、学校へ連絡をして下さい。公費医療制度(ひとり親・子ども医療助成)との重複はできません。窓口で先に支払いをしてから請求するということになります。詳しいことは鏡原中学校まで問い合わせてください。

### ○学校感染症について

病院で「学校感染症」と診断されたら学校までお知らせください。出席停止扱いになります。

- インフルエンザ、百日咳、麻しん、流行性耳下腺炎、風しん、水痘、咽頭結膜炎、結核、流行性結膜炎

### ○新型コロナウイルス感染症について

- ご家庭での体調管理をよろしくお願いいたします。
- 新型コロナウイルス感染症にかかったり、濃厚接触者として保健所から連絡があった場合は必ず学校へ連絡もお願いします。
- 新型コロナウイルス感染症に関する欠席は出席停止扱いとなります。必ず学校への連絡をお願いします。

宮古島市立鏡原中学校  
養護教諭 平良 綾