

ほけんだより 5月号

川口市立元郷中学校 保健室 令和5年5月16日（火）

尿検査は明日と明後日が提出日です！

提出日：5月17日（水）
18日（木）



配付した内容

- ①提出用の袋（茶色・名前シール付）
- ②採尿用の透明容器（黄色のキャップ・名前シール付）
- ③白いプラスチック容器
- ④スポイト

※女子で、月経中のため採れない場合は、2次検査の日に提出することも可能です。担任の先生に言いづらくときは、保健室に伝えにきてください。

※2次検査は、5月30日（火）です。

※生徒本人が欠席する場合、ご家族の方に届けていただく方法も可能です。業者の回収時間に間に合うよう、朝9：00までに学校（職員室または保健室）へ届けてください。

名前を確認してください。
文字数の関係で後ろが切れてしまっている人がいますが、名簿上では合っています。ご了承ください。

採尿方法

- ①朝起きてすぐにトイレに行き、最初少し出してから中間の尿を白いプラスチック容器へ半分ほど採る。
 - ②①で採った容器を傾けながら透明の採尿用容器に流し入れるか、スポイトを使って入れる。
入れる量は、8分目くらいまで。
 - ③しっかりとフタをする。
 - ④白いプラスチック容器とスポイトはゴミ箱に捨てる。
 - ⑤茶色の提出用の袋に入れ、学校へ持ってくる。クラスの袋に提出し、名簿に○をつける。
- ※茶色の袋の中は、尿を入れた透明容器のみです。他のビニール袋等はいれないでください。

爪・ハンカチ点検結果発表（5月1回目）

【爪 100%達成クラス】

1年4組 3年1組 3年2組 3年3組 5組



【ハンカチ達成度上位】

3年1組（96%） 3年4組（95%） 2年2組3組4組 3年3組 5組（90%）

生活の中で手を洗うタイミングは、食事の前後、トイレの後、体育の前後などたくさんあります。手が濡れた状態で他の物を触るのは衛生的とは言えません。すぐに手を拭けるようにハンカチは持ち歩きましょう。長い爪は、間に汚れがたまりやすくなり、また、折れやすくケガをしてしまったり、体育等で人を引っ掻いてしまったりの危険があります。短く整えておきましょう。

感染症対策について

5月8日に新型コロナウイルス感染症の感染症法上の分類が2類→5類に引き下げられました。それによって、出席停止期間や対象範囲等も変更がありましたので、お知らせいたします。

【出席停止期間】

①陽性者（発熱や咳などの症状がある人）

発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで

原則、医師の指示に従いますので、受診して医師の指示を受けてください。

②陽性者（無症状）

陽性が判明した検査をした日を0日として5日を経過するまで（ずっと症状が出ていない状態で）

※ただし、出席停止解除後も10日を経過するまではマスクの着用が推奨されています。

例えば 16日に熱が出て検査で陽性だった場合

16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
発熱 0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目		登校可
				解熱 0日目	1日目	2日目	

濃厚接触の特定はしないことになりました。「ご家族が陽性者になった」「兄弟が発熱」などの場合でも本人の健康状態が良ければ登校可能です。

感染の不安や疑問などがあればお問合せください。

【健康観察】

毎日の検温、提出は不要となりました。

以前の通り、登校前にお子さんの顔色や体調を確認して送りだしてください。

いつもと様子が違う、顔色が悪いなど感じたら、無理せず、休養や病院受診を検討してください。

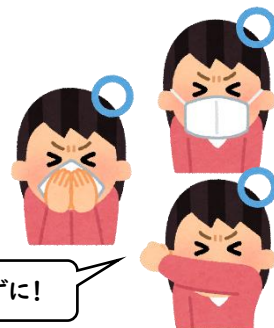
【マスクの着用】

4月の時点からマスクの着用は個人の判断によることになっております。

これから暑くなり、熱中症の危険もあります。

しかし、いまだに新型コロナウイルスやインフルエンザの感染は続いています。

環境・状況に応じた判断をしましょう。



知っていますか？おしゃれ障害

「なんで化粧してはいけないんですか？」——— 子どもの皮ふは、大人とちがって未熟でやわらかくて乾燥しやすく傷つきやすい構造だからです



思春期のみなさんは、肌質が変わりやすい時期のため、とても刺激を受けやすくなっています。そんな時期に、化粧品などに含まれる化学物質やピアスなどの金属を皮ふに触れさせると、身体へ悪影響を与える成分が皮ふの内部や身体の内に入りやすくなり、大人よりもかぶれやアレルギーなどの症状が出やすいのです。

ふたえテープやつけまつけの 接着剤

ゴムラテックスが含まれているものが多く、体質によりアレルギー反応が起きる。

安いメイク用品・大人用のメイク用品

製品を安くするために、肌によくない原料や化学物質が使われていることがある。
大人は大丈夫でも子どもの肌は未熟なので、香りや色をつけるための化学物質の影響を受けやすい。

パーマ・カラーリング・ブリーチ コテ・ヘアアイロン

薬剤が頭皮や首などの皮ふに付き、かぶれたり、アレルギー反応を起こしたりする。また、髪質がパサパサになったり、うっかり顔をやけどする危険もある。