

# ほけんだより

茨木市立北中学校  
2020年12月10日

12月になり、寒さが本格的になってきましたね。空気も乾燥して風邪をひく人も増えてきましたが、みなさんは体調いかがですか？

例年の風邪やインフルエンザに加えて、新型コロナウイルス感染症も、いまだ全国的に猛威をふるっています。改めて、感染症予防の意識を見直しましょう！

健康診断がすべて終わりました！

今年度はコロナウイルスの影響で健康診断が遅れていましたが、学校医・学校歯科医協力の元、無事に全ての健康診断を実施することができました！

健康診断の「結果のお知らせ」の紙をもらった人で、病院を受診する必要がある人は、早めに受診しましょう！

健康診断は受けたら終わり？

健康診断を受けたから＝終わりではありません！

学校の健康診断はスクリーニングといって、体の異常や病気の疑いがあるかどうかを“ふるい分ける”為のものです。なので、この結果だけでは確定せず、医療機関で診察や詳しい検査を受ける必要があります。

また、学校の健康診断には「自分の体の様子や健康に関心をもつ」という目的もあります。異常や病気の有無に関わらず、日常生活で気をつけること等を改めて学び、知り、実行する機会にしてほしいです。

～勉強も運動も遊びも趣味も・・・何をするにも健康第一！～

特に3年生のみなさんは、万全な状態で入試に挑めるように、今の内にしっかり治しておきましょう！



受診した人は結果用紙を担任の先生か保健室まで提出してください。

身長・体重平均		身長		体重	
		校内平均	校外平均	校内平均	校外平均
男子	1年生				
	2年生				
	3年生				
女子	1年生				
	2年生				
	3年生				

←これは令和2年度の6月に実施した身体測定の結果を平均したものです。



## みんなの感染症対策は大丈夫！？

教室をのぞいてみると、マスクを着用せずに咳やくしゃみをしている人をたまに見かけます。自分は大丈夫と以为っていても、周りの人はどう思っているでしょう？もう一度考えてみましょうね！

### ②咳エチケット



何もせずに咳やくしゃみをする  
咳やくしゃみを手でおさえる

### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう

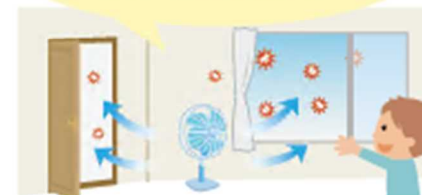


マスクを着用する(口・鼻を覆う)  
ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う  
袖で口・鼻を覆う

他の人と十分な距離を取る!



窓やドアを開けてこまめに換気を!



会話をするときはマスクをつけましょう!

