

## これからの健康診断の予定

新型コロナウイルス感染症の状況によってはさらに延期になることもあります。

健診項目	日時	対象	場所	準備など
尿検査	5月14日	対象者	各自保健室 前に提出	尿検査は5月に延期になりました! 該当者には個別に連絡します
	5月21日	対象者		
内科検診 (武山 稔先生) (横野 良樹先生) 13:00~	5月21日	3年 2年12組	応接室 会議室	 ジャージに着替えます。ジャージの中にTシャツを着用してください。
	未定	1年 2年345組		
耳鼻科検診 (藤田 猛志先生) 12:30~	未定	1年	会議室	 事前に耳鼻科検診アンケートを実施します。髪の長い女子は、耳を出して髪を結つてくること。
眼科検診 (権 昭致先生) 13:00~	9月(予定)	1年 2・3年は コンタクトレンズ 使用者	会議室	 前髪が目にかからないようにピンで止めること。コンタクト使用者はそのまま検診します。自分のコンタクト購入先を把握してください。
歯科検診	9月(予定)	対象者	応接室 女子更衣室	 朝きちんと歯磨きをしてきてください。

## 新型コロナウイルス感染症予防について

### 濃厚接触者の定義が変更になりました

発症した日から → 発症の2日前から

2m程度の距離で感染防止策なしで接触 → 1m程度の距離で感染防止策なしで15分以上接触

- 同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった者
- 適切な感染防護無しに患者（確定例）を診察、看護若しくは介護していた者
- 患者（確定例）の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者

症状の具体例は、発熱、咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁・鼻閉、頭痛、関節・筋肉痛、下痢、嘔気・嘔吐など。

WHOの見解をもとに、濃厚接触者の定義が変更になりました。これは、発症の2日前から感染力がある可能性が高いということです。今は元気でも、自分がすでに感染しているかもしれない。今、元気な隣の人が、すでに感染しているかもしれないということです。

キープディスタンスを  
心がけましょう!

keep distance

家庭の中ではなかなか難しいですが、やむを得ず外出するときは、マスクの着用や、人との距離を保つようにしましょう。

大切な手洗いは継続!

# 困ったことがあれば相談してください

臨時休業で自宅待機となり、誰でもストレスをかかえていることと思います。経済的事情や家族がずっと家にいることで、それぞれストレスがたまり、トラブルになっているケースもあるそうです。DVや虐待が増えているとニュースで報じていました。


みなさんも、相談したいことがあれば、学校に電話で連絡してください。担任または養護教諭が支援します。

また、スクールカウンセラーとの面談(カウンセリング)も可能です。



近所の子どもが虐待を受けていることに気が付くこともあるかもしれません。大切な子どもの命を守るため、この番号は覚えておきましょう!

## 行政の相談窓口です

 **24時間子供SOSダイヤル**  
【青森県教育委員会学校教育課】  
**017-734-9188**  
**0120-0-78310** (フリーダイヤル)

虐待かな?と思ったら

**1 8 9**

(児童相談所全国共通ダイヤル)

## スクールカウンセラー来校予定日

スクールカウンセラーは心の問題をかかえる生徒のカウンセリングや、保護者に対してコンサルテーションを行います。

来校時間は13:30～16:30です

1学期	5月1日	5月15日	5月22日	6月19日	7月3日	7月10日	
2学期	9月4日	9月11日	9月18日	10月2日	10月9日	10月16日	10月23日
	11月6日	11月13日	11月20日	12月11日			
3学期	1月22日	2月5日	2月12日	3月19日			

来校日は変更になる場合があります。

また、スクールカウンセラーの工藤先生の予定が合えば別の日に来ていただくこともできます。

## 臨時休業期間は

- **相談者との距離を十分にとり、換気をしながら実施します。マスクの着用をお願いします。**
- **ZOOMを使ったオンライン相談も行います。**

(スクールカウンセラーは学校で対応しますので、基本的に上記の日程と時間になります。事前に青森北高保健室まで御連絡ください)