



2020年4月14日
岩国市立岩国中学校
保健室

各種健康診断について

4月中に予定していた健康診断は、このたびの臨時休業に伴い、延期になります。また、13日に実施した尿検査については、再検査者および未提出者の検査日は未定です。各種健康診断の実施日が決定しましたら、改めてお知らせします。



臨時休業中の過ごし方

○感染症予防の基本は、**手洗い**です。帰宅後、食事の前、鼻をかんだあと、トイレの後など、指の間や手首まで忘れずしっかり洗いましょう。その後は、清潔なタオルやハンカチで水をよく拭き取りましょう。

○人が密集する場所への外出はできるだけ控えましょう。

○部屋は、1時間に1回、5分～10分程度換気をしましょう。

○十分な睡眠、適度な運動、バランスのとれた食事を心がけましょう。就寝時間・起床時間を学校がある日と同じ時間にし、生活リズムを崩さないようにしましょう。



○SNS等では、様々な情報が拡散されています。山口県健康増進課や厚生労働省などのホームページで正しい情報を得るようにしましょう。

保護者の皆様

各保健所では、新型コロナウイルス感染症が疑われる方を適切に医療に結び付けるための帰国者・接触者相談センターの機能を持っています。

新型コロナウイルス感染症が疑われて、**以下の症状がある場合、受診する前に必ず保健所（岩国健康福祉センター：0827-29-1523）にご相談ください。**

- ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。