

ほけんだより No.2

光南高等学校
保健室

風薫る季節となりました。新しい環境の中で知らず知らずのうちに疲れがたまり、心身にいろいろな不調が出てくる頃かもしれませんね。十分な睡眠や休息をとるように心がけ、自分にあったストレス解消法を見つけましょう。



今後も健康診断が続きます。自分の身体のことをよく知り、これからどのような生活を送ればよいか考えるチャンスです。体調を整え、健診当日は欠席しないようにしてください。

これからの

健康診断 スケジュール



項目	月日(曜)	対象	準備物	検診の目的
内科検診	5月28日(金) 6月18日(木) ※3年生は終了	2年次 1年次	上ジャージ (半袖も)	心臓・肺の異常、貧血・皮膚の病気はないか。栄養状態はどうか。
尿検査	5月12日(水) 3回目	連絡を受けている人	別途連絡	腎機能、糖尿病等の病気がないか。
心電図検査 結核検診	5月24日(月)	1年次	上ジャージ (半袖も)	心臓の異常はないか。 結核に感染していないか。
歯科検診	6月3日(木) ※2、3年生は終了	1年次		むし歯があるか。歯肉、歯並び、 かみ合わせ、顎の関節の状態。 ※朝、歯みがきしておくこと!

- ・スムーズに進むよう、先生の連絡をよく聞いて、静かに行動してください。
- ・各検診中は、保健室に養護教諭が不在の時もありますので、注意してください。

治療のお知らせを受け取ったら、早めに受診！！
診断の結果、受診が必要な人には「お知らせ」を配ります。早めに受診をお願いします。



ゴールデンウィーク明けは…

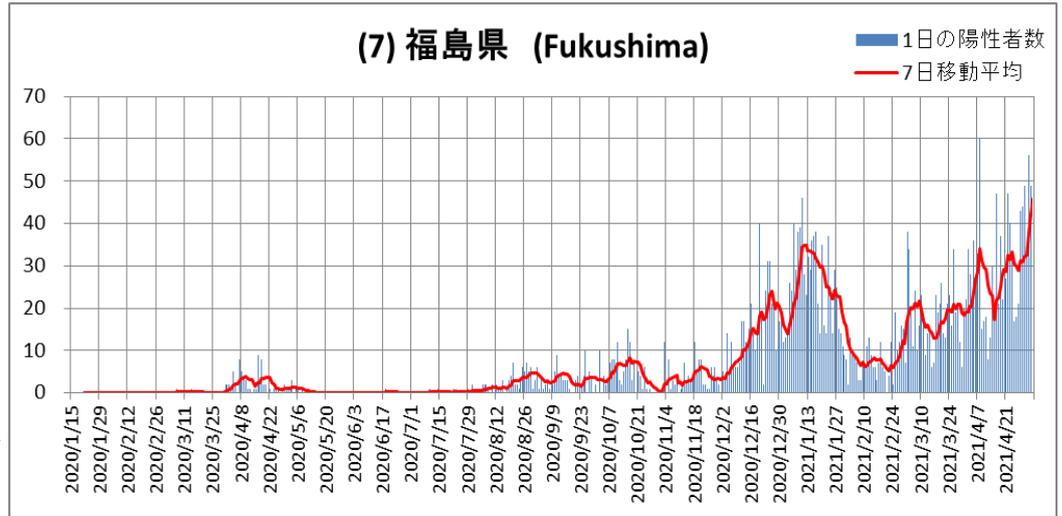
心身の疲れが出やすい時期です



福島県のコロナ事情

コロナウイルスがまた蔓延し始め、他県では【まん延防止等重点措置】略してまん防などが設けられています。加えて、福島県もまん防の要請をしています。

右図のグラフが4月21日までの福島県での1日のコロナ陽性者数とその推移を表しています。これを見ると前回の緊急事態宣言により一度は、下火になったものの、最近になってまた勢いに乗ってぶり返してきているのがわかります。



**ステージ4に
さまっている！**

今現在、福島県の病床使用率（4/30～5/6）は、過去最悪の約**72.7%**。

県は7日、政府の分科会が示すステージ3（感染急増）に状況が悪化したと判断しました。実は病床率だけみれば、福島県でもステージ4に相当しています。

ここで他の都道府県の状況も参考にしてみましょう。右の図を参照してください。北海道ではステージ4相当であり、医療設備は危機に瀕しています。

そのため、大会などでも感染症対策を十二分に行い、悔いの残らない活躍をしてってください。

頑張れ光南生！！



警戒ステージの状況と対応の考え方			
ステージ	状況	対応の考え方	(参考)国の分科会ステージ
1	感染者が散発的に発生しており、医療提供体制に大きな支障がない段階	感染状況などを踏まえて、感染予防の徹底などについて注意喚起（感染状況に応じて、振興局による注意喚起）	I
2	感染者の漸増及び医療提供体制への負荷が蓄積する段階 3密環境などリスクの高い場所で集団感染が度々発生することで、感染者が漸増し、重症者が徐々に増加してくる。このため、保健所などの公衆衛生体制の負荷も増大するとともに、新型コロナウイルス感染症に対する医療以外の一般医療も並行して実施する中で、医療提供体制への負荷が蓄積しつつある状況。	特措法第24条第9項に基づく要請 個々の行動変容に対する協力を要請	II
3	感染者がさらに増加し、医療提供体制への負荷がより一層高まる段階 集団感染が数多く発生するなど、さらに医療提供体制への負荷が蓄積し、感染拡大の防止に向けて、より強い対応が必要な状況。	特措法第24条第9項に基づく要請 感染状況を踏まえたより強い行動変容に対する協力を要請	III
4	感染者の急増及び医療提供体制における大きな支障の発生を避けるための対応が必要な段階 ステージ3と比べて集団感染が広範に多発する等、感染者が急増し、新型コロナウイルス感染症に対する医療提供体制への負荷がさらに高まり、一般医療にも大きな支障が発生することを避けるための対応が必要な状況。	特措法第24条第9項に基づく要請 事業者に対する施設の使用制限など強い協力を要請	IV
5	爆発的な感染拡大及び深刻な医療提供体制の機能不全を避けるための対応が必要な段階 病院間集団感染の連鎖などの大規模かつ深刻な集団感染の連鎖が発生し、爆発的な感染拡大により、高齢者や高リスク者が大量に感染し、多くの重症者及び死亡者が発生し始め、公衆衛生体制及び医療提供体制が機能不全に陥ることを避けるための対応が必要な状況。	特措法第24条第9項及び第45条に基づく要請 国の緊急事態宣言を踏まえ、さらに強い協力を要請	2

（北海道庁サイトより引用）