



保健だより

令和2年10月 1日NO.11
青北高校今別校舎保健室

秋といえば・・・

秋といえば何を想像しますか？芸術の秋、食欲の秋、読書の秋など様々ありますが、私は食欲の秋です。今年はサンマが不漁で高騰なのが残念です。急に寒くなりました。冬への備えもそろそろ必要かもしれません。

おしらせ

【季節性インフルエンザワクチン接種についてのお願い】

新型コロナウイルス感染症の流行が懸念される中、この冬に向けてインフルエンザワクチンの需要が高まる可能性があります。

今年は過去5年で最大量（最大約6300万人分）のワクチンを供給予定ですが、より必要とされている方に、確実に届くように、ご協力をお願いします。

○ 原則として、予防接種法に基づく定期接種対象者の方々（65歳以上の方等）でインフルエンザワクチンの接種を希望される方は10月1日（木）から接種を行い、それ以外の方は、10月26日（月）まで接種をお待ちいただくようお願いいたします。

（※）自治体によってはワクチンの接種開始時期が異なり得ますので、ご注意ください。

○ 10月26日（月）以降は、特に、医療従事者、65歳未満の基礎疾患を有する方、妊婦、乳幼児（生後6ヶ月以上）～小学校低学年（2年生）の方々で、インフルエンザワクチンの接種を希望される方に対して、接種が可能となります。

○ なお、これら以外の方々についても、10月26日（月）以降は接種をお待ちいただく必要はありません。

厚生労働省HPより

※今別町に住所がある方は、町でインフルエンザワクチン費用を全額助成してくれるそうです。詳しくは教室掲示のチラシをご覧ください。

注意

新型コロナウイルス感染症予防のため今まで規制されていたものが10月より徐々に緩和されることになりました。県外から県内への人の出入りも変化してくると思われます。引き続き、感染症予防に努めましょう。

また、季節性インフルエンザの流行も懸念されます。同時感染しないようインフルエンザワクチンの摂取をお勧めします。

健康的な生活習慣も感染予防の一つです。バランスのとれた食生活、十分な睡眠休養、適度な運動を心がけましょう。

スマホの使いすぎによる寝不足は自分で気をつければ直ることで。使用について今一度改めましょう。

体温サーモカメラの導入

10月より職員玄関と生徒玄関の2カ所にタブレット型体温サーモカメラを設置します。登校時に必ず検温するようにして下さい。また、高価なものなので取り扱いには十分注意しましょう。近づくだけで検温できますので、触れないようにして下さい。発熱の症状が確認された場合は、保健室まで！！

よろしく
お願いします

文化祭来校者は生徒玄関を利用するので係を玄関に配置します。来校者に検温の協力をお願いして下さい。



重ね着をして工夫を！

朝晩の寒さが一段と強くなってきましたが、日中はまだ暖かいので寒暖差による体調不良にご注意下さい。

体温調整できる服装を心がけましょう。

