

保健だより 6月号 保健室

いよいよ学校が段階的に始まりました。

暑い日も増えてきて、マスクをしていると息苦しく感じる日もあると思います。新型コロナウイルス感染症予防には咳エチケットやマスクの着用が求められていますが、マスクをしていると体内に熱がこもりやすく、どの湯きを感じにくく熱中症のリスクが高まるという報道もあります。自転車での登校や荏田坂を登ってくる時は、適宜マスクを外すなどして体調に注意して登校してください。

まだまだ今までは違う生活を過ごしていかなければなりません、新たな生活に少しずつ慣れていけるようにしましょう。

マスク熱中症に注意を!!

マスクを着用していると、体の熱が放出されにくく、体内温度が上昇。また、口の中は湿っているため、水分が足りていると錯覚して脱水症状を起し、熱中症になる危険性があります。

「暑い、湿度が高い、気分が悪い」などの熱中症のリスクが高いときはマスクを外してください。体調は人によって違いますから、自己判断でマスクを外して構いません。

④ 喉が渇いてきたと感じたら、熱中症傾向です。水分補給をしましょう。



新型コロナウイルス感染症の出席停止等の扱い

	出欠席の取扱
罹患した生徒*1	感染者は治癒するまで「出席停止」
濃厚接触者	保健所の指示に基づき指定された期間「出席停止」 (感染者と最後に濃厚接触した日から2週間程度)
症状があり*2 罹患の疑いがある場合	「出席停止」又は「校長が出席しなくてもよいと認めた日」
症状はないが 罹患の疑いがある場合	保護者の申し出により、学校医等と相談の上「出席停止」
基礎疾患があるなど 重症化するおそれがある生徒	主治医や学校医に相談の上、保護者からの申し出により「校長が出席しなくてもよいと認めた日」

*1 罹患した生徒 … 病気（新型コロナウイルス感染症）にかかった生徒。

*2 症状があり … コロナウイルスに感染したという確実な診断はないが、発熱や咳などの風邪症状がある場合。

参照：県立学校の教育活動の再開等に関するガイドライン

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を踏まえて、 病院の電話やオンラインでの診療がすすんでいます。

オンライン診断とは、スマートフォンやタブレットなどを用いて、病院の予約から決済までをインターネット上で行う診療・治療方法です。

*患者の疾患や状態等によりオンライン診療を受けられない場合があるので、オンライン診療を受けたい場合は主治医に相談しましょう。 参照：厚生労働省

新型コロナウイルス感染の懸念から、お手持ちの電話やスマホで医療機関に相談や受診することができます。

電話・オンラインによる診療がますます便利になります。

高額な機器や難しいシステムは不要です。 ※実施していない医療機関もあります。

電話で受診 オンラインで受診

診察

- 1 診療内容の確認**

電話・オンライン診療を行っているか確認
受診しようとしている医療機関のホームページを確認するか、直接医療機関の窓口、電話やオンラインによる診療を行っているかご確認ください。

かかりつけ医等 または 最寄りの医療機関
まずは、普段からかかっているかかりつけ医等にご相談ください。かかりつけ医等をお持ちでない方は、下記のホームページから電話・オンラインによる診療を行っている最寄りの医療機関にご連絡ください。

※医療の判断によっては、すぐに医療機関を受診する必要があります。できるだけお住まいの近くの医療機関を選択することをお勧めします。
- 2 事前の予約**

電話の場合
電話の場合は、医療機関に電話し、保険証などの情報を医療機関に伝えた上で予約します。

オンライン診療の場合
オンライン診療の場合は、医療機関によって予約方法は異なります。詳しくは各医療機関のホームページをご覧ください。

支払い方法の確認
予約の際に合わせて支払い方法についても確認します。
- 3 診療**

診療開始
医療機関側から着信があるか、オンラインで接続され、診療が開始します。

本人確認後、症状説明
まずは、受診を希望されているご本人であることを確認するために、求められた個人情報をお伝えください。症状等をご説明してください。

電話やオンラインによる診療では診断や処方が困難な場合があることにはご注意ください。
- 4 診療後**

医療機関への来訪を推奨されたら
医療機関に来訪して受診するよう推奨された場合は、必ず医療機関に直接かかるようにしてください。

薬の処方を受けた場合
薬が処方され、薬の配送を希望する場合は、薬を出してもらった最寄りの薬局を医療機関に伝えた上で、診療後、薬局に連絡してください。

電話やオンラインによる服薬指導を受けられ、その後、薬が配送されます（薬局に来訪されて服薬指導を受ける必要がある場合もあります）。

上記の流れは一例です。医療機関によって異なる場合があります。

電話や情報通信機器を用いて診療を実施する医療機関一覧（神奈川県）

URL : <https://www.mhlw.go.jp/content/000633797.pdf>



QRコード