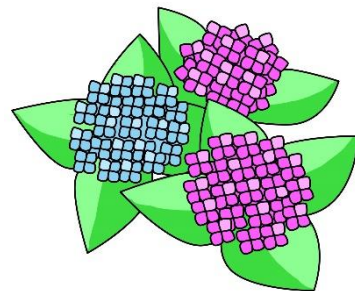


保健だより 5月号

令和 2年 5月 29日 (金)



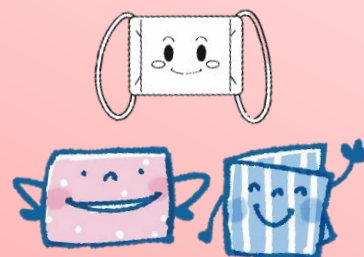
ぽかぽか陽気の日が多くなり、過ごしやすい季節となりました。学校の臨時休業が始まって3か月が経とうとしています。この保健だよりに、学校再開後の生活で生徒の皆さんに気を付けてもらいたいことを載せますので、保護者の方と一緒に確認しておいてください。

1学期の保健行事

月	日	曜日	対象	内容	備考
6	1	月	1年生	発育測定	持ち物:体操服 ※上履きに名前を記入しておくこと。
	2	火	2・3年生		
	3	水	AB組		
	9	火	3年生・2-1・AB組	内科検診	
	16	火	1年生・2-2・2-3		
	18	木	全校生徒	尿検査	
19	金				
7	9	木	対象者	尿二次検査	
	10	金			

【保護者の方へ】感染症対策用の持ち物について

6月1日(月)の学校再開から、学校での新型コロナウイルスの感染防止に向けて「新しい生活様式」に移行していくことが必要です。学校生活では、以下の持ち物が必要になりますので、できる限り家庭での準備をお願いします。急なお願いですので、間に合わない場合は、登校した際に担任または保健室まで相談してください。



- ・健康観察カード (毎朝、お子さんの体温と体調を確認し、カードに押印をお願いします)
- ・清潔なハンカチ ・ポケットティッシュ ・マスク (柄や素材は問いません)
- ・マスクを外した時に入れておくための清潔なビニールや布の袋 (名前を記入しておくようにお願いします)

学校再開後の学校生活 ～感染予防を心がけよう～

現時点で有効といわれている新型コロナウイルスの予防対策です。未だ感染源や感染経路などがはっきりしていないこともあるため、ニュースや新聞などから常に最新の情報を取り入れるようにしてください。

1. 感染予防に有効な「正しい手洗い」を実践しよう

- ・ウイルスがついた手で口や鼻を触ることで感染する場合があります。
- ・水でさっと洗っただけでは、ウイルスが手に残ってしまいます。
- ・登校する際は、毎日、清潔なハンカチを持参しましょう。
- ・爪は短く切り、清潔にしておきましょう。

【手洗いの方法】

- ①手を流水で軽く濡らし、ハンドソープを1プッシュ手に取る。
- ②泡を両手に広げ、こすり洗いをする。手のひら→手の甲→指先→爪の間→指の間→親指の付け根→手首の順に丁寧に洗う。
- ③泡を流水で洗い流し、ハンカチで水気をふき取る。

以下の時間には、必ず全員が手洗いをしましょう

- ・登校して教室に入る前
- ・マスクをしない授業後
- ・トイレ後 ・休み時間の後
- ・給食の前 ・清掃の後



2. 「正しいマスクのつけ方」を実践しよう

感染した人の唾液の中には、ウイルスが含まれています。咳やくしゃみなどで放出したウイルスを他の人が吸い込むことで感染することがあります。

【正しいマスクのつけ方】

- ①鼻と口の両方をマスクで覆う
- ②ゴム紐を耳にかける
- ③隙間がないよう、鼻・ほほ・あごを密着させる



マスクを外すように指示がある授業や給食以外は、基本的にマスクを着用して生活しましょう。

3. 新型コロナウイルス感染症を予防するための「3つの密」を理解して行動しよう

「3つの密」…密閉・密集・密接

- ◇換気の悪い密閉空間(空気の入れ替えのできない場所、窓のない場所)
- ◇多数の人が集まる密集場所(たくさんの人が集まる)
- ◇間近で会話や発声をする密接場面(人と人との間が近い場面)

この3つの条件がそろった場所で、クラスター(集団感染)発生のリスクが高まるといわれています。リスクを低減するため、授業中や休み時間などに人と話しをするときには、下記の3つを意識しましょう。

「3つの密」を避けるために…

- ①相手と向かい合わない
- ②2m以上の距離を保つ
- ③大人数で集まらない

2m以上

