

保健だより



JUNE

今月の目標は
「自分の健康観察を定着させよう」

農大三中保健室

令和2年

6月発行

学校再開直前号

6月になりました。これからの時期は熱中症・脱水にも注意が必要となってきます。
「自分の体調に気を配りながら、感染症対策や熱中症対策を自ら学び実践していく」
こんな【生活様式】がこれから生活していく上で大切になってくるのでしょうか。

今回は、学校が再開するにあたり、皆さんに徹底してもらいたいことをお伝えします。



新型コロナウイルスを正しく理解し、
正しい感染予防行動をとること

学校が
始まるぞー!



①登校前の健康観察

- 起床後、自宅検温と健康観察をしましょう。
- 微熱でも平熱より体温が高い場合や、少しでも体調に不安がある場合は、登校しないという選択をしましょう。(その場合は欠席扱いにはなりません)
- 担任の先生からの Web による健康観察の返信をしましょう。(自宅に体温計がない場合はご連絡下さい)



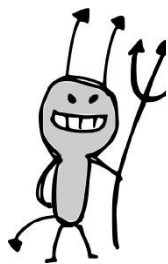
②登校中・登校後の注意点

- 登校中はマスクを着用しましょう。
- 電車やバスの中では、可能な範囲で人との距離をとり、会話は控えましょう。
- 登校後は、教室に入る前に必ず手を洗うようにしましょう。
- 万が一、検温をしてこなかった場合や、Web の返信をしていない生徒は、職員室前で確認をします。



③手洗いをこまめに、丁寧にやろう

- 手洗いの6つのタイミングは
- 1) 外から教室に入るとき
- 2) 咳やくしゃみ、鼻をかんだとき
- 3) 給食(昼食)の前
- 4) 掃除の後
- 5) トイレの後
- 6) 共有のものを触ったとき



これらの時以外でも、手が汚れたと思ったら、手を洗うようにしましょう。

♪ハンドソープで10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぐと、ウイルスが1/1万になります。これを2回繰り返すと、1/100万になります。

♪アルコール消毒も有効ですが、基本は手洗いがとても重要です。アルコール消毒は、流水下で手が洗えない状況で使う、補助的なものと考えましょう。

④学校生活上での注意点

- 教室の換気は徹底して行います。
- 近距離での会話や接触は控えましょう。
- 自分が出したゴミは持ち帰りましょう。
- 水分補給をこまめにしましょう。脱水予防と感染症対策になります。
- トイレ使用後に流す際は、ふたを閉めて流しましょう。ウイルスの飛散を防ぎます。
- 必要のない校舎内の移動は控えましょう。

マイタオル・マイ袋を忘れずに!



⑤保健室での注意点

感染症対策として、
対応する部屋を分けます。

- 学校で体調不良になったら、保健室に入らずに養護教諭に伝えるか、担任の先生や学年の先生に伝えましょう。保健室②の部屋で検温・問診等を行います。
- ケガやその他用事がある人は、保健室まで申し出てください。



⑥最後に… どんなに感染予防をしても、誰でも感染する可能性がある感染症です。感染者や濃厚接触者、医療従事者やその家族に対して、差別やいじめ、誹謗中傷など絶対にしてはいけません。