



けんこうだより

令和2年4月7日

上菅田中学校 保健室



ご入学、ご進級おめでとうございます。
 春です！桜やチューリップが咲き、校庭が華やかです。
 新学期を迎え「がんばろう」と思っていたところ、新型コロナウイルス感染症のひろがり防ぐため、明日からまたしばらく休校になります。皆さんも一人ひとりができること（石けん手洗い、うがい、マスク着用、咳エチケット、換気、規則正しい生活など）を引き続き行って、学校が再開されたら元気に楽しく笑顔で過ごせるよう、たっぷりイメージしていきましょう。♪♪

お知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、定期健康診断（各検診）の日程は未定です。わかり次第お伝えします。

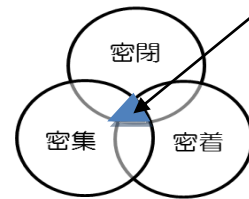
新型コロナウイルス感染症の対策について

文部科学省より、「学校再開ガイドライン」がだされました。

感染防止の3つの条件は、

- ①換気の悪い閉め切った空間（密閉）
- ②多くの人が集まる（密集）
- ③近くで話をしたり声を出したりする（密着）が、同時に重なる場を避けることです。皆さんの協力が必要です。よろしくお願いします。

クラスター（集団）感染のリスクが高い



毎日の健康観察

毎朝、健康観察をしてください。

（「健康観察票」に記入）

・熱を測ります。



・かぜ症状や強いだるさ、

息苦しさ、のどの痛みにも注意してください。

・味やにおいにも要注意！

・調子が悪い時には学校に連絡してください。

手洗い

ていねいな石けん手洗い・うがい

を心がけてください。

・正しい手洗いの仕方を参考に

してください。

・手荒れを防ぐために、手洗いの後、ハンドクリームなどでケアしましょう。



咳エチケット

マスクを着用しましょう。マスク

がない時には、咳エチケットを必ず

行ってください。

【咳エチケット】

・マスク着用



・ティッシュ、ハンカチで口、鼻を覆います。

・肘の内側（そで）で口、鼻を覆います。



正しい手洗いの仕方

手洗いの前に…

- ツメを切っておきます。
- 時計や指輪を外します。

石けんをよ〜く泡立てて！

親指、手首、ハンカチも忘れずに！！

- ついつい忘れてしまいがちな親指
- 机など…意外といろいろなところに触っている手首

→しっかり洗って、ハンカチでふきましよう！（ぬれたままにしておくで雑菌が増えて、不潔になりやすいです。ハンカチ等を使いましょう。）

出席停止について

(令和2年3月24日 文部科学省「新型コロナウイルス感染症に対応した学校再開ガイドライン」より)

状況	期間
生徒の皆さんの感染がわかったとき	なるまで
生徒の皆さんが濃厚接触者に特定されたとき	感染書と最後に濃厚接触をした日から2週間
発熱などのかぜ症状がみられるとき	(体調不良の間)
海外(検疫強化対象地域、入管法に基づく入国制限対象地域)から帰国したとき	2週間(の自宅等での待機)

- * 必ず学校へ連絡してください。
- * 体調が悪い時には、ゆっくり休養してください。感染がわかったときには、治療または医師が感染のおそれがないと認めるまで治療してください。

おうちの方へ



新型コロナウイルス感染症に関連し、発熱等症状のある時には、自宅で症状が治まるまで休養をお願いいたします。その際は学校へ連絡をいただければ、出席停止の扱いをいたします。

皆さん、こんにちは。
 養護教諭(保健室)の続橋早苗です。
 皆さんが学校で元気に生活できるようにお手伝いしていきます。
 今年も、毎日楽しくほがらかに過ごします。どうぞよろしくお祈りします！



「やってみよう！みんなでできること」
 見てくださいね。ハンカチマスクの作り方もあります。



動画はこちらから！
 文部科学省YouTube「MEXTchannel」
<https://youtu.be/219-0tHGjE8>