

保健だより

# ひなたぼっこ



2022年4月18日(月) 第2号

別海町立中春別中学校 ほけんだより

養護教諭 佐伯 真由美

《4月の保健目標》

自分の体について知ろう

新型コロナウイルス感染症にご注意ください。

ニュースでも報道されていますが、道内の感染者が5日連続2,000人を越えています。

別海町内でもコロナウイルス感染症の感染者が増えてきていますので、皆さん注意して生活しましょう。今週は、感染リスクを下げるため、『給食後の歯磨き中止(どうしてもという人は、保健室にて対応します)』、気になる人は、『水筒持参』。皆さんがマスクを外す時間を短くするため、『給食の配膳を職員でおこなう』、『保健体育は、保健分野の学習』、『部活動の中止』、また、こまめな換気をしますので、寒いと思う人は、ジャージの中に温かい服装を心掛けましょう。授業中は、身体的距離を確保しながら学習していきましょう。

まだまだ続けよう!

## 感染予防対策

### こまめな手洗い

30秒くらいかけて丁寧に洗い、最後に清潔なタオル等で水気を拭き取ります。外から教室に入るときや給食(昼食)の前後、共有の物を使ったとき等、こまめに洗うことが大切です。



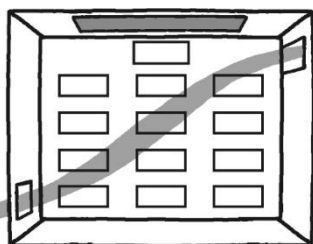
### 密接場面でのマスク着用

距離がとれないときはマスクをつけ、マスクなしでの会話は控えます。また、正しくつけないと意味がないので、鼻と口をしっかりと覆い、顔との間にすきまができないよう注意しましょう。



### 換気の徹底

2方向(対角線上)の窓等を開けると効果的です。常に窓を少し開けておくとういですが、気候上難しいときは30分に1回以上、少なくとも休み時間ごとに、数分程度、教室の窓を全開にしてください。



### <学校からのお願い>

- ①朝の『健康・検温チェック』の提出をお願いします。本人、家族に風邪等症状がある場合には、登校をさげ自宅で静養してください。
- ②お子さんが陽性となった場合や PCR 等検査を受けることとなった場合、濃厚接触者になった場合には学校に連絡をお願いします。
- ③現在、地域で感染拡大が懸念されていることから、体調不良による保健室来室があった場合には、家庭に連絡し、送迎対応をお願いすることもありますので、ご理解ください。