

ほけんだより



令和4年7月19日 No4
向陽小学校 保健室

1学期もあつという間に過ぎ、いよいよ待ちに待った夏休みが始まりますね。
夏休みは学校のある日とちがい、多くの時間をおうちで過ごすので、時間の使い方
方を考えていくことが大切です。日中の過ごし方はもちろんのこと、夜ふかし
や朝ねぼうで生活リズムがみだれてしまわないように気をつけましょう！



新型コロナウイルス感染症 拡大中！

新型コロナウイルス感染症にかかる人が急激に増えており、第7波にいらつたと言われています。
みなさんもすでに今まで感染症対策をしっかりと行っていることだとは思いますが、今一度、自分の
対策をふり返ってみましょう！

手あらいを徹底する

食事の前や外から帰ってきた時、トイレに
行った後は、しっかりと手をあらって菌を体
の中に入れないように
しましょう！



換気をしっかりとる

エアコンを使う時も少なくとも30分に1回、
できれば常に換気をして風の通り道をつくり、
できるだけ部屋の空気を
きれいに保つようにしま
しょう！



マスクをつける



咳やくしゃみ、おしゃべりをする時に出る飛まつには多くの菌が存在しています。自分や周りの人
の身を守るためにも必要な場面ではマスクはつけるようにしましょう！

マスクが必要な場面

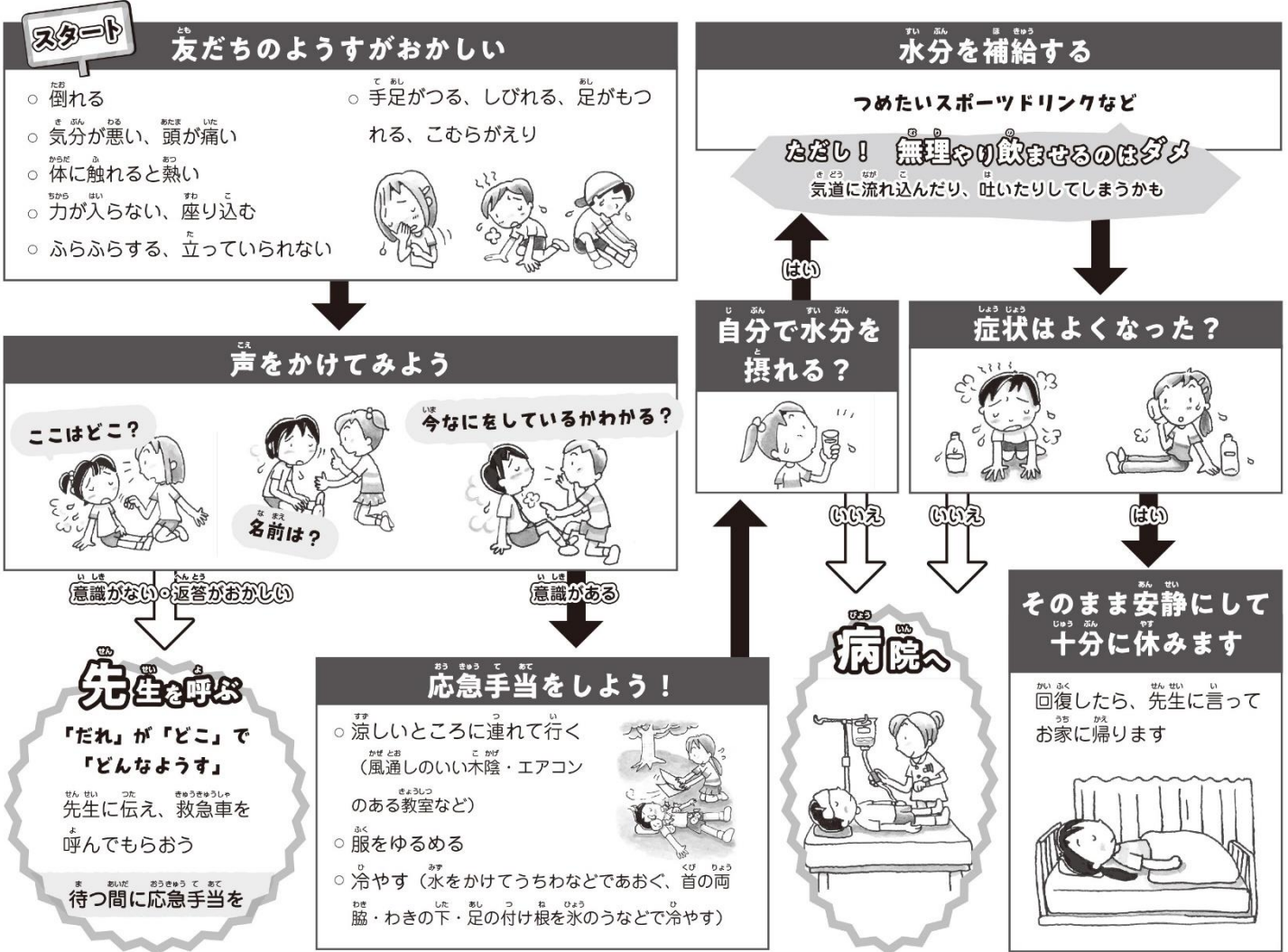
- 校舎、教室にいらるとき
(人とおしゃべりをするとき)
- 近い距離で人と一緒にいらるとき
(手の届く範囲、1mほど)

マスクが必要ではない場面

- 登下校のとき
- 体育のとき
- 外での活動のとき

*新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者になるかどうか
は、マスクの有無で大きく変わってきます。熱中症対策も
しながら、必要なときにはきちんとつけていきましょう。
(濃厚接触者基準：1m程度の距離でマスクなしで15分間
おしゃべりをした)

熱中症かも! どうすればいい? 判断チャート



～おうちの方へ～

◆マスクの予備について

新型コロナウイルス感染症対策のため、日頃よりマスクの着用をお願いしていますが、状況に応じて付け外しをする関係で、とくに不織布のマスクにおいて、破損・紛失をする児童が大変多いです。学校用のマスクにも限りがありますので、可能であればマスクの予備を持たせていただけますと幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

◆健康診断結果の再通知について

6月までの健康診断の結果、異常が見つかった児童で、まだ未受診の児童につきまして、先週、夏休み前の再通知を配付いたしました。内容をご確認いただき、ぜひお休みの間に治療を済ませて万全の状態です2学期を迎えられるようにしていただけますと幸いです。子ども達の健康のために、ご協力よろしくお願いいたします。