

保健だより

5月号

県立開邦中学校・開邦高等学校

2020.5.20

新型コロナウイルス関連で学校生活に変動がこれからも予想されますが、各自で今年度の目標を立て、いろいろなことにチャレンジして下さい。保健室はみなさんを健康面から応援しますので、これからもよろしくお願いします。

新型コロナウイルス感染症の感染予防のための心得

- ①こまめに石けんを用いて手洗い(特に外出先からの帰宅、食事前)
アルコール消毒液の使用も有用
- ②マスク着用で登校(購入が難しい場合、手作りマスクなどの対応)
- ③咳・エチケットの徹底
- ④不要不急の外出を避ける(密閉・密集・密接)の3つの条件が同時に重なる場を徹底的に避ける
- ⑤登校前に検温で健康観察
- ⑥普段から免疫力を高めるため、「十分な睡眠」「バランスの良い食事」「適度な運動」
- ⑦人と人との間に十分な距離(1メートル以上)を保持しましょう。(social distanc)会話や発声時は、特に間隔を開ける(2メートル以上)こと
- ⑧教室の換気を徹底しましょう。(できれば1時間に2回以上の換気)
- ⑨お昼時間(食事時は対面で座らない、またおしゃべりせず、間隔(1メートル以上開ける)
- ⑩公共交通機関を利用して登校する生徒は、不必要な会話はやめる

協力願い

- * **風邪症状(発熱・鼻水・咳・倦怠感)があるときは、登校をしないでください。**
- * **学校で発熱が確認された場合は早退の処置をとるため別室で保護者の迎えを待ちます。**

登校後、保健室の利用するときの心得

- ①入室する前に手指アルコール消毒を行います。(入口に設置)
- ②入室する前に、検温してから保健室へ入室をお願いします

分散登校開始にあたって保健室から高校生への協力願い

高校生の使用してる教室の机・椅子等の消毒に次亜塩素酸ナトリウム(ハイターを薄めて)の計画しています。そのため使い捨てのウエス(もともと工場の機械の油汚れを拭くのに使う小さな布のこと)の提供をお願いします。10×10の大きさにカット(古いタオル、麻・木綿の古着等が適しています)多くの提供をお待ちしています。