

ほけんだより

新型コロナウイルス対策号～今こそ、もう一度見直そう～

令和3年9月1日（水） 六浦中学校 保健室

臨時休校が明け、今日から、学校が始まります。

夏休み中のニュースでもたくさん見たと思いますが、非常に強い感染力をもった新型コロナウイルス感染症により、感染をしている人の数も今までより多くなっています。今日から学校生活をまた始めるにあたって、みんなで健康に、安心して過ごすためにも、ここでもう一度、感染症対策を見直していきましょう！

これは絶対守ろう！～感染症対策の基本編～

① 体調の悪いときは自宅で休む

熱がある、体がだるい、のどに違和感がある、などいつもと体調が違うときは、お家で休養してください。また、必要があれば、お家の人と病院の受診をしましょう。



② マスクをする

家を出るときは必ずマスクをしましょう。(※マスクの種類は不織布の方が感染をより防ぐことができると言われています。)

息が苦しくなってしまうたり、熱中症になりそうなどときにははずしてもかまいませんが、なるべく、マスクをはずす時間は少なくしましょう。



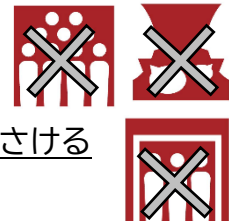
③ 手を洗う

新型コロナウイルスは、感染している人が触った物からもうつります。
学校だけでなく、お出かけ先でも必ず、こまめな手洗いをしてください！



④ 3密(密接・密閉・密集)をさける

・友だちとの距離が近くなりすぎないように気を付ける
・部屋の窓やドアを開けて換気をする
・大人数で集まらないようにする。また、人がたくさんいるところはさける
この3つを守って、3密にならないように注意しましょう。



⑤ 飲食をするときは話さない

マスクをはずして飲食をしているときは、話をしないようにしましょう。
昼食など飲食が終わったら、すぐにマスクをしてください。



もう一度見直そう！～学校生活の中での感染症対策編～

場面	すごし方	注意点
登校前 (自宅)	○体温をはかって、「健康観察カード」に記入します。	※熱がある、体がだるい、のどに違和感があるなど、いつもと体調が違うときは、無理をせずにお家で休養してください。
登校	○教室に入る前に、手を洗います。 ○「健康観察カード」を提出します。 ○教室の窓やドアを開けて換気をしてください。	
授業	○マスクをします。 ○「3密」をさけます。(グループワークは行いません) ○物の貸し借りはしません。プリントの配布・回収も先生が行います。(回しません) ○歌は歌いません。(音楽や英語) ○共有物を使うときは前後で手を洗います。	※熱中症・体調不良防止ため、授業などでマスクをはずしても良い場面があります。 <u>各教科の先生の指示にしたがってください。</u>
休み時間	○次の時間の準備をします。 ○接触の多い遊びはしません。 ○友達と会話をするときにはマスクをします。 ○校舎外、グラウンド、移動教室などへの移動から教室へもどるときは、手を洗ってから教室へ入ります。	※生徒同士での物の貸し借りはしません。 ※昇降口では密にならないようにします。
昼食	○手を洗います。 ○前を向いて、話をせずに食べます。 	※ <u>食事が終わったら、すぐにマスクをします。</u>
昼休み	○外遊びはしても OK です。(ボールの貸し出しあり) ○接触の多い遊びはしません。 ○図書室の利用もできます。手洗いをして入室します。 ○友達と会話をするときにはマスクをします。 ○手を洗ってから教室へ入ります。 ○次の時間の準備をします。	※できるだけ、 <u>マスクをしたままでもできる遊びをしましょう。</u> ※昇降口では密にならないようにします。
部活動	○こまめに手を洗います。 ○各部活動の先生の指示にしたがって、感染症対策を十分に活動します。	
下校	○すみやかに下校します。	※昇降口では密にならないようにします。
休日	○休みの日も検温、健康観察をします。 ○不必要な外出はさけましょう。	※休日にも「3密」をさけて行動しましょう。