

ほけんだより

保健室
長尾西中
2020
5月

新型コロナウイルスの流行により、休校になって2ヶ月以上になりました。ようやく学校再開に向けて少しずつですが、動き出します。そこで、お知らせとお願いとがあります。これから、君たちが学校ですごすために必要な「新しい生活様式」についてです。



生徒の皆さんへ 登校する時の注意とお願いです

1. 朝、検温をしてください。配布した「検温カード」に測定値を記入し、登校日は、「フォーサイト」にも体温を記入して持ってきてください。教室で机の上に開けておきます。先生がチェックします。
※配布した「検温カード」はしばらく保管しておいてください。提出してもらっても構いません。
2. 体調がすぐれないときや、不安がるときはおうちの人に伝えて、無理せず自宅で休養してください。学校への連絡は、してください。また、登校後に体調不良になった場合は、保護者連絡のあと、すぐに帰宅してもらいます。おうちに入れるよう鍵を忘れないようにしておきましょう。
登校時に体調が悪くなった人は、教室へ行かずに消毒担当の先生に申し出てください。
3. 登校時は、マスクをつけてきてください。今回、「白い布マスク」を配布します。(後日もう1枚) みんな同じマスクです。自分のものとわかるしるし・イニシャル・番号や記号を書いておきましょう。兄弟がいる人は、おうちでもわかるようにしておきましょう。
4. 登校したら、下足場で消毒担当の先生からの手消毒をしてください。今後、アルコール消毒から石けんによる手洗いに変更の予定です。普段の生活の中で、手洗いをしていることと思いますが、「正しい手洗いの仕方」を覚えておきましょう。
5. 登校したら手すりや壁などできるだけ触らないようにしましょう。教室内でも同様です。トイレに行った後は、石けんでしっかり手を洗いましょう。手をできるだけ自分の顔(目、口)にふれないようにしましょう。
6. 手を拭くためのタオルを各自持ってきてきましょう。タオルの貸し借りは絶対にしないでください。
7. 人との距離をとってください。(両手を広げ手当たらないくらいの感覚)話す時は、ゆっくり静かに大声を出さないで！咳エチケットを守ろう！

感染症に負けない健康な体は「食事・睡眠・運動」と規則正しい生活習慣です

感染予防のため、教室と廊下は常に窓を開けています！

☆健康診断について

身体測定、視力・聴力検査はできるだけ早く実施しますが、学校医さんの検診や検尿などは9月以降になる予定です。1年生ですすでに回収しました問診票につきましては、検診開始前にその後の状況を聞く予定にしています。2・3年生につきましては、検診前に配布回収します。配布の際は、提出期限を守るようにご協力ください。



すっかり汗ばむ気候になってきました。コロナ対策と最近では「熱中症対策」も出てきました。登校時は、水筒持参でこまめな水分補給を心がけてください。学校の水道の水は長い間使用していなかったため、飲むことはしないでください。



石けんがない場合でも水道水には塩素が含まれています。流水で30秒以上の手を洗い流すだけでも効果がありますので、こまめな手洗いを心がけましょう。

せっけんは
大活躍しよう！

あしたを待たされてる
きみたちへ。

学校に行きたい。友だちに会いたい。運動したい。学びたい。いつか社会にも出たい。あしたへの夢をたくさんもつきみたちが、いま、あしたへ向かうのを待たされている。

だけど、きみたちのきょうのガマンを、あしたの希望へとつなげるため、困難な中で決死の覚悟でがんばる人々がいる。こんなときにこそ、共に生きる大切さを感じてほしい。

ぼくら大人たちも本気で考えたい。これからのきみたちのための、新しい世界を。ぼくは建築家として好きな仕事をやってこられた。きみたちの可能性が奪われていいはずがない。こんなふうに生きたいと思いつげよう。どんな大変な状況でも、あしたはきっとくる。

あんどう ただお けんちくか
安藤 忠雄

効果的な手の洗い方

 両手を水で洗う	 石鹸を手にとって泡を作る	 手のひらを洗う	 指の間も洗う
 手の外側を洗う	 指の先、爪も洗う	 親指のつけ根も洗う	 最後に手首を洗い、水で洗いすすぐ

