

# ほけんだより 9月

2021  
長岡西中



夏休みが終わり、さあ2学期の始まり！…というところで、夏休み前とは大きく状況が変わったところがあります。蔓延防止措置が延長になり、そのまま第5波がやってきて再び「非常事態宣言」発令となりました。ワクチン接種も本格的に始まりましたが、デルタ株と呼ばれる感染力の強いウィルスの感染拡大により、10代の感染者が急増中です。昨年の夏とは大違いなのです！いつ誰が感染してもおかしくない状況です。また家族感染がほとんどです。そこで、学校生活での感染予防の徹底が自分と家族と友達の身を守るために重要です。

1.朝、土日も含めて毎日、検温をしてください。記録は、お天気アプリに入れましょう。クラブ登校は、「フォーサイト」にも体温を記入して持ってきてください。頭問がチェックします。夏休みのお天気アプリはほとんど入力がありませんでした。

記録をとることは、自分を守ることになります。

体温がすぐれないときは、不安があるときは、無理せず

自宅で休養してください。登校後に体温不良になった場合は

保健室連絡のあと、帰宅してもらいます。

おうちにいるよう健を忘れないようにしておきましょう。



2.登校時は、できるだけマスクをつけてきてください。特に、友達と一緒に登校するときは、マスクをつけて登校しましょう。(地域の人の事も考えましょう)クラブや体育のときは、マスクを外して活動しましょう。付け外しが多いので、必ず予備のマスクを持ってきましょう。外したマスクは、持ち帰ってください。

3.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間隔)できるだけ向き合わずゆっくり静かに話しましょう。人と近い状態で、叫んだり大笑いしないこと！

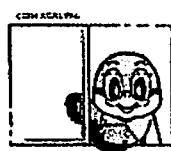
4.登下校時とトイレに行った後は、石けんによる手洗いをしましょう。

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。

クラブ終了後も、手洗いうがいをしてから下校しましょう。

手を拭くためのタオルを各自持ってきてましょう。

タオルの貸し借りは絶対にしないでください。



5.いつも換気をする。教室廊下は、窓を開けます。教室には、換気ができているか測定する計器を置きます。触らないでください。



## トイレと手洗い場改修

南棟のトイレと手洗い場の改修が行われています。1・2年生には、とても不便をかけますが、コロナ感染症予防のためしっかりと手洗い、手指消毒をお願いします。ここからどのくらい感染が拡大するかわかりません。消毒液やマスクなどもまた品薄になるかもしれませんので、ふざけた使用はしないでください。

まだまだ、暑さが残っています。「熱中症対策」として登校時は、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いかったため、飲むことはしないでください。ウォーターサーバーは、検査済みです。

地球温暖化で、異常気象が続いています。

このところ雨が続いているので各地で洪水や土砂崩れなど被害が出ています。

校区にも、警報が出たり避難指示が出たりしました。また、夜中に地震もありましたね。自然災害は、いつ何が起きるかわからない。普段から備えを！



### 9月1日は 防災の日

家族で防災会議をしよう

家中の対応は？ ►► 大きな家具や床の固定、備蓄用品の確認

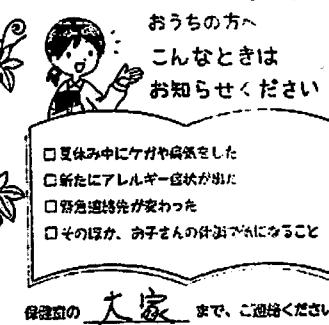
家にいるときに、役割分担、非常用持ち出しバッグの確認

別々の場所にいるとき ►► 連絡方法や集合場所の確認

いざというときのために、家族で話し合っておきましょう

### 身体測定します

4月から「身長が伸びた！」と思っている人が多いと思います。4月のような想定方法ではありませんが、クラスごとに連絡します。突然呼ぶこともあります。「体重は測らんていい」という人もいますが、体重は、健康のバロメーターとして測定します。コロナ感染拡大のため、保健室前には身長計は出せません。ごめんなさい。



おうちの方へ  
こんなときは  
お知らせください

- 夏休み中にケガや病気をした
- 新たにアレルギー症状が出た
- 緊急連絡先が変わった
- そのほか、お子さんの体調が気になること

保健室の 大家 まで、ご連絡ください。