



令和3年9月6日 保健室

問い合わせ先：(職員室) 03-3990-5451

## 2学期が始まりました！！

今年はいつもと違った夏休み。コロナ禍で感染状況も悪化する中、思いっきり遊ぶことは難しかったかもしれませんが、慌ただしい日常では気づけなかったゆっくりした時間を過ごしたり、集中して勉強や読書、テレビでスポーツ観戦をしたり、充実した時間を過ごせていればいいなと思います。

そしていよいよ2学期が始まりました！変異株が猛威をふるっていますが、こまめな手洗いや適切なマスク着用などの感染症対策を意識して行き、元気に学校生活を送れるように、これまで以上に一人一人が心がけて生活していきましょう。



### <～学校でも元気に過ごそう！新型コロナウイルス感染予防のポイント～>

#### ◎石けんで手洗いしよう！

手指に付着しているウイルス量は、流水による15秒の手洗いだけで1/100に、石けんで10秒もみ洗いし流水で15秒すぐと1/10,000に減らすことができます。

#### ◎効果が高いのは不織布マスク！

「マスクの素材ですが、一般的なマスクでは、不織布マスクが最も高い効果を持ちます。次に布マスク、その次にウレタンマスクの順に効果があります。もちろん、人の顔の形は千差万別ですので、同じ素材のマスクでも、自分の顔にぴったりとフィットしているマスクを選ぶことが重要です。また、マスクのフィルターの性能や布の厚さなどによっても差が出ます。(厚生労働省 HP より)」それぞれの体質や家庭の事情によりますが(無理はせず！他人に強制も禁物です！)、家に色々な種類のマスクがあるのなら、不織布マスクを選ぶとよさそうです。

#### ◎換気は二方向を意識

風の流れることができるよう、2方向の窓を1回数分程度全開にしましょう。換気回数は毎時2回以上確保しましょう(厚生労働省)。学校では、特に休み時間、校庭側と廊下側の窓を開けて、適切な換気を意識して生活していきましょう。

<9月1日は防災の日でした！9月9日は救急の日です！>

# 「もしも」にそなえて、今できることは？

## 食料品・消耗品の備蓄



おすすめはローリングストック♪

定期的に消費して、買い足して、期限切れを防ぎます。

## ハザードマップの確認



# 9月1日 防災の日

## 家族会議



## 転倒や飛散の防止



### AED（自動体外式除細動器）のこと知っていますか？

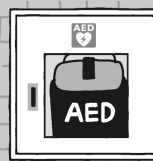
A：Automated（自動化された）、

E：External（体外式の）、

D：Defibrillator（除細動器）です。

心臓がけいれんしている状態に対して電気ショックを行い、心臓を正常な動きに戻すことを一般市民（非医療従事者）でも簡単に使用できるようにした機器がAED。AEDは傷病者に電極パッドを装着することで、心臓の状態を解析し、電気ショックが必要な状態か否かを判断してくれます。そのため、必要がないのに電気ショックを与えてしまうことはありません。

AEDの  
設置場所を  
知って  
いますか？



学校には、ココにあります！

1年生の昇降口に  
あります。

\*\*\*\*\*

保護者の皆様

- 感染状況悪化に伴い、子どもたちが安全に学校生活を送るために、学校での感染対策とともに各ご家庭での協力が不可欠となります。お子様が普段と比べて体調が少しでも異なる場合には、まずは自宅で休養させ様子を見る、発熱等の風邪症状がある場合はかかりつけ医等の医療機関に連絡して受診する等、適切な対応をどうぞよろしくお願い致します。
- 健康診断の結果、受診のお知らせをもらった人で、夏休み中に病院を受診した人は「受診報告書」「学校生活管理指導票」をご提出ください。
- 夏休み中の部活動などでケガをして病院を受診した場合、スポーツ振興センター災害共済給付の対象となりますので、該当する人は保健室までご連絡ください。書類をお渡しします。
- 夏休み前に希望調査を実施しましたが、一年生のみ11月19日（金）に貧血検査があります。学校に区の健診センターの方々が来て実施します。

\*\*\*\*\*