



2学期を健康に過ごすために・・・

夏休みが終わり、今日から2学期が始まります。気候が不安定な日々が続いていましたが、みなさんお元気ですか？新型コロナウイルスは、デルタ株への置き換わりが進み、感染者数が急増しています。その中で始まる学校生活に不安を抱いている人も多いことでしょう。しかし、デルタ株であっても、基本的な感染症対策は変わりません。改めて今号の保健だよりで確認してください。

特に、引き続き毎朝の健康観察を確実にし、健康カードへの記入をお願いします。普段と少しでも体調が異なる場合は、登校を控えてください。また、同居する家族につきましても、発熱等風邪のような症状がある場合は、学校へご相談ください。

★感染症対策のおさらいをしよう！！

Point1 手洗いの徹底

～6つのタイミングを意識して、石けんで丁寧な手洗いをしよう～

外から教室に入るとき



咳やくしゃみ、鼻をかんだとき



給食（昼食）の前後



石けんを使ったこまめな手洗いを意識しましょう！



掃除の後



トイレの後



共有のものを触ったとき



Point2 給食中はお静かに

「黙食」のご協力をお願いします。



Point3 マスクの着用



①マスクを伸ばす



②上部分を鼻に合わせる



③あごの下まで伸ばす

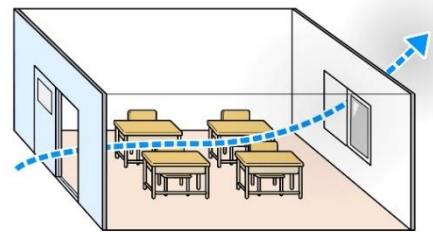


④顔にフィットさせながら紐をかける

気温や湿度が高く、マスクをして息苦しい時は外したり、一時的に片耳にかけて呼吸をしても構いません。ただし、友だちと会話をする時は、マスクをつけるようにしてください。



Point4 換気



2方向開けると空気の通り道ができます。エアコンをつけている時も、部屋の空気と外の空気を入れ替える必要があるため、窓を空けることが大切です。



この他に、人との間隔をできるだけあけて、密集を避けることも大切です。休み時間の際は、なるべく密集しないようにしましょう。

