

ほけんだより 9月

令和3年 9月1日
練馬区立泉新小学校
校長 宮崎 晴美
保健室 吉田 祐子

長い夏休みが終わり、2学期が始まりましたね。みなさんはどんな夏休みでしたか？健康に過ごせたでしょうか。早寝・早起き・朝ごはんなどの生活習慣を整え、夏休みモードから学校モードへ切り替えていきましょう！

保護者の皆さまへ ～新型コロナウイルス感染症について～

報道されている通り、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が深刻な状況となっており、児童の皆さん、保護者の方もとても不安な毎日だと思います。安心・安全な学校生活を送ることができるよう、改めて感染症対策について下記に記載しておりますので、ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

1. 基本的な感染症対策の徹底

密を避ける・マスクの着用・手洗い（または手指消毒）



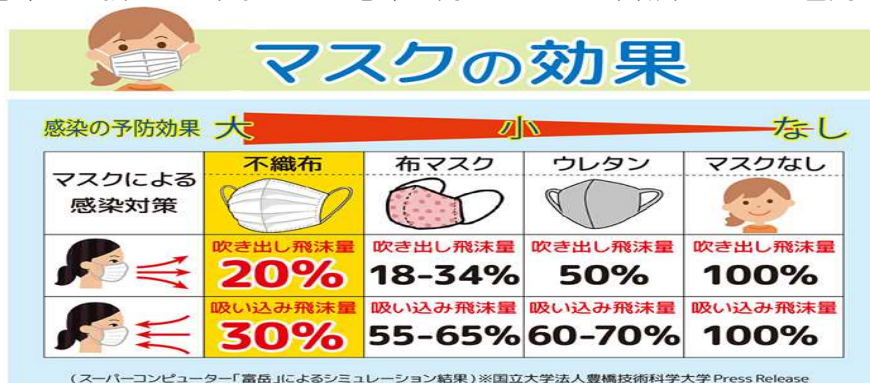
教室に入る前に必ず消毒しよう

今広がっているデルタ株は非常に強い感染力を持っていますが、基本的な感染症対策に変わりはありません。ご家庭でも再度徹底をよろしくお願いいたします。また、規則正しい生活をこころがけて病気に負けない身体を作りましょう。

2. マスクの着用について

(1) 不織布マスクを推奨します

布やウレタンマスクで作られたマスクに比べて、不織布マスクの方が飛沫の飛散を抑える効果が高い傾向にあることが、スーパーコンピューター「富岳」のシミュレーション結果でわかりました。デルタ株は非常に感染力が強いので、少しでも感染を防ぐためにも不織布マスクの着用をお願いします。



(2) 予備のマスクをご用意ください。

落としてしまったり破損してしまった時のために、ランドセルの中に予備のマスクを必ず持たせてください。1学期は保健室へもらいに来る人も多かったですが、ご家庭でのご用意をお願いします。

3. 健康観察、早退・欠席について

- (1) 毎朝の検温と検温カードへの記入、お子さんの健康観察をお願いします。特に食欲の有無、顔色、排便、呼吸の様子などに注意をして見てください。
- (2) 少しでも普段と様子が違う、平熱より高いなどの症状がありましたら無理せず休んでください。また、お子さんが元気で同居家族にそのような症状がある場合も、自宅で休養してください。※どちらの場合も欠席扱いとはなりません。

新型コロナウイルスの症状

- よく見られる症状 → 発熱、空咳、倦怠感
- 時折みられる症状 → 喉の痛み、下痢、結膜炎、頭痛、味覚または嗅覚の消失



- (3) 上記の症状がある場合は、医療機関の受診をお願いします。また、お子さんやその家族に陽性の方が出た場合は学校までご連絡ください。
- (4) 学校で体調不良の訴えがある場合や体温が平熱より高い場合は早退のご連絡をさせていただきます。その際は早めのお迎えをお願い致します。

新型コロナウイルスについての情報は日々更新されています。厚生労働省などのHPで、改めてご確認をお願いします。

無意識に顔を触っていませんか？

目を 3回

鼻 3回

口 4回

顔をむやみにさわらないようにし、手洗いを徹底しましょう！

ウイルスのついたままたまの手で目や口、鼻などの粘膜を触ることによって感染します。

※厚生労働省 HP より

そのうち、目、鼻、口などの**粘膜**は、**約44パーセント**を占めています！

正しい手の洗い方

- 手を濡らした後、石鹸で手のひらをこすります
- 手の甲を伸ばすようにこすります
- 指先、爪の間を手のひらでこすります
- 指の間を洗います
- 親指をねじって洗います
- 手首もしっかり洗います