

ほんだより 1月

令和4年1月
佐伯中学校
保健室



ここ数年では珍しく、寒い年末年始となりました。久しぶりに佐伯に上って来ると、木や田畑や屋根が白く、雪が積もっていることに驚きました。沿岸部とは違う寒さを感じ、身が引き締まりました。

コロナウイルスも突如猛威を振るい、これからどうなるのか不安もありますが、これまで続けてきた感染予防対策を確実に続けていきましょう。感染症は、だれがいつなるかわからない病気です。予防をしても、完全に防げるものではありません。心までコロナウイルスに感染されないように、思いやりのある行動をしていきましょう。

『3密』回避！



密集×

密閉×

密接×

自分だけでなく、
周りの人の命を守ることにつながります。

マスクは正しく着けなければ意味がない！



顎マスク

鼻だしマスク

わざわざマスクを外して話す人



マスクと顔に
すき間はありますか？

- ・いまだにマスク着用せずに指導される人がいます。飲食や運動の時以外は、校内では基本マスク着用です。
- ・マスクなしで登校し、職員室にマスクを買いに来る人がいます。
- ・家を出る時には、マスクを着用しましょう。
- ・登下校を含め、飲食の時以外マスク着用です。正しく着用しましょう。

再度確認！！ 佐伯中感染対策

風邪症状がある人や、体調がいつもと違う場合には、無理をせず、自宅で様子を見て、受診するかどうか判断をしてください。

朝の健康観察

- ・朝自宅での健康観察(検温)の確認を、生徒玄関で行っています。毎日体温は同じではありません。必ず測ってきてください。

朝の会では、個人の健康観察カードに、毎日記入します。2年近くたちますが、記入もれが毎日数名あります。もれがないように、丁寧に記入してください。

- ・生徒玄関で、手指消毒を行って、教室に向かいます。手に傷があったり、しみたりする人、アルコールアレルギーの人は、無理に消毒する必要はありません。消毒の代わりに、石けんで手を洗いましょう。
- ・マスク着用で生活します。水分補給や、マスク内の熱を逃がしたいときには、人と2m以上離れましょう。話をしたり、発声したりしないようにしましょう。用が済んだら、すぐに着用してください。

免疫アップ

- ・免疫アップし、ウイルスに負けない体づくりをしよう。
- ・体調管理は、大切な受験対策です。



換気の徹底

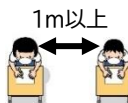
エアコン使用中も、常に対角線2ヶ所以上の窓を開けています。まだまだ寒い日が続くので、防寒対策を



してきましょう。

授業

- ・席は前後左右、最低1m以上間をあける。
- ・感染レベルに応じて、実験・実習や、頭を寄せ合う活動は制限されます。先生の指示を聞いて、守りましょう。



給食

- ・当番の健康観察をします。
- ・全員手洗い・消毒をします。
- ・感染レベルに応じて、手づかみで食べる物は出しません。
- ・前を向いて、私語をせず食べます。
- ・エプロンは、学校の物を使用しても、マイエプロンを持ってきても、どちらでもOKです。

