

保健だより

(保護者の皆様も一緒にお読みください)

令和2年7月1日 NO.5
海田中学校保健室発行「絆」

学校が再開して1か月が経過しました。部活動も始まり、元気のある学校が戻ってきましたね。新型コロナウイルス感染症対策の為、新しい学校生活様式を身につけることで、基本的な生活習慣の定着を図ってもらいたいとお願いしてきました。これからも、感染のリスクを自ら判断し、これを避ける行動をとることができるように、学びの振り返りをし、できているところとできていないところを確認してみましょう。

あなたのコロナ予防で みんなが救われる！



- (1) 感染源を経つこと ⇒ 毎朝の検温で体温測定し、発熱等の風邪症状があれば自宅で休養する。
- (2) 感染経路を経つこと ⇒ 手洗い、咳エチケット（マスク着用）を徹底する。
- (3) 抵抗力を高めること ⇒ 十分な睡眠、適度な運動やバランスの取れた食事を心がける。

ひまつかんせん 飛沫感染

感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つば）などと一緒にウイルスが放出され、それを他の人が口や鼻から吸い込んで感染する。
その為、マスクを着用する。

せっしょくかんせん 接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りのものに触れるとウイルスがつき、他の人がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染する。
その為、手をきれいに洗う。

「3密」を避ける生活はできていますか？

「密閉」

窓がなかったり、換気ができなかつたりする場所のこと。

「密集」

人がたくさん集まったり、少人数でも近い距離で集まること。

「密接」

互いに手が届く距離で会話や発声などを行うこと。



海田中生徒のここがすばらしい！ (気づき・判断・行動)

ある日の休憩時間のことでした。用事があって3学年のフロアに行くため、階段を上ったところ、持参していたものが勢いよく床に落ちてしまいました。その時、3年1組のSさんは、急いで移動教室へ行こうとしていたのですが、私の姿に気づき、近寄って一緒に拾ってくれようとしていました。チャイムが鳴る前だったため、「いいよ、ありがとう」と言って教室へ行ってもらいました。相手の身になって考え、行動できる気持ちと姿が立派だと思いましたので、Sさんに「立派で賞」を贈ります。