

保健だより 8月



令和3年8月25日
京都市立桂中学校
保健室

新型コロナウィルス感染症が猛威をふるう中、新学期が始まりました。デルタ株は感染力が強く、また最近は感染経路が不明な場合が多くなっています。更なる予防対策をしっかりと行い、少し夏休みで緩んだ気を引き締めて、感染予防に努めていきましょう。桂中の皆さんのが健康に学校生活を送ることができるように、全員で協力をていきましょう。

基本的感染予防対策を徹底しましょう！！！

①お家の健康観察を十分にしましょう。

少しでも発熱等の風邪症状や体調不調が見られる場合は、登校を控えてください。
また、同居の家族に発熱・風邪症状がある場合も登校を控えてください。



朝晩の体温測定と症状のチェックをしましょう。体調が悪い場合は、自宅で休養してください。

健康観察表は登校する日は必ず持参し、朝学活で提示しましょう。

体温測定を忘れた場合は、職員室などで体温を測ってもらいましょう。

熱がある・体調の悪い人などは、保護者に連絡し早退か迎えに来てもらいます。



(保健室は他の人も利用しますので、待機する場合は別室になることもあります。)

②手洗いの徹底

朝登校したら、教室に入る前にアルコール消毒をしましょう。アルコールは廊下にも常備しています。

後は石鹼でしっかり手を洗いましょう。清潔なハンカチで拭きます。

休み時間・移動教室・体育・食事前・部活前・終了時などは十分に手洗いしましょう。

石鹼補充は、保健委員がしてください。保健室前ロッカーに取りに来てください。



③マスクの着用（できれば不織布のマスクをお勧めします）

マスクは自分を守り、他の人の感染予防になります。きちんと鼻・口を覆いましょう。

顎にかけません。

熱中症には気をつけましょう。（運動をする際は外してOKですが、人の距離をとりましょう）。

マスクを外すときは、ゴムの部分を持ってはずしナイロン袋へ。

④換気の徹底

こまめに換気をしましょう。エアコンをつけながら換気をしてください。

2方向の窓を開けましょう。



⑤密を避けましょう。

久しぶりの登校で、テンションもアップしているでしょう。でも、大きな声で話したり、密着しないように心がけましょう。他の人の距離をとりましょう。

⑥その他

給食時は黙食で。お弁当のおかず交換はしない。・水筒やペットボトルの回し飲みはしない

手で顔や目をさわらない

共用する道具がある場合は、しっかり手洗いする。

