



令和3年2月5日  
京都市立洛西中学校  
保健室



2月の別名に梅見月があります。梅は厳しい寒さの後、春の訪れを告げる花です。ウィルスに負けず、寒さを乗り越えて、元気な春を迎えられるように、もう少しの間、気を引き締めて、感染予防対策を頑張りましょう。



洛西中では、マスクの着用・手洗い・手指消毒・換気・湿度管理など、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの予防に取り組んでいます。中でも一番大切なことは、自分の体調管理です。健康観察票は持参できていますか？朝の体温測定・体調の観察はできていますか？朝から不調なのに登校をしたり、検温をしていない生徒が見受けられます。風邪の症状や発熱だけでなく、不調なときには、登校を見合わせてお家で安静に過ごしましょう。



換気をしていますか～

その“しんどい”もしかして 空気のせい？



<p><b>1</b> 二酸化炭素がたまるから</p> <p>みんなの吐く息で二酸化炭素の量がどんどんアップ。体の不調につながります</p>	<p><b>2</b> ウイルスがたまるから</p> <p>空気中をただよう細菌やウイルスが体に入り込むリスクが高まります</p>	<p><b>3</b> ホコリやダニ・カビが増えるから</p> <p>アレルギーの原因になります。知らない間に吸い込んでしまっているかも…</p>
--	---	---

みんなで協力して  
空気を入れ替えよう



- ◆ 対角線上にある窓やドアを2箇所以上あけて空気の通り道をつくる
- ◆ 休み時間ごとにこまめに換気する

学校ホームページの[保健だより]にも掲載しています