



# 保健だより

2020. 5.

山形大学附属中学校保健室

N01



ようやく新学期がスタートします。  
保健だよりでは健康に関する色々な情報をお知らせします。お家の方と一緒に読んで下さい。

## ～新型コロナウイルスの感染予防について～

### 学校での対策

#### ◎ 健康観察の徹底 健康観察カードの活用

→発熱や風邪症状があった場合はお休みして下さい。欠席にはなりません。また、カードを忘れたり、捺印のなかったりした場合は朝のうちに保護者に確認の連絡をさせていただきます。

◎ 三密を防ぐ為にしばらくの間クラス毎の分散登校(1クラスを4つの教室に分ける)を行います。

◎ 手洗い・うがいの徹底 特に、トイレの後は丁寧に  
→手洗い場にポスターが貼ってあります。よく見て丁寧に洗いましょう。また、清潔なハンカチを毎日持参し、自分のものを使いましょう。

◎ 各クラスにアルコール消毒薬の設置 基本は登校後と昼食前、丁寧な手洗いの後に使用予定。手荒れのひどい人は手洗いのみで可です。



#### ◎ 換気の徹底

常時ロスナイ換気扇の使用、廊下側の高窓を開放します。授業中窓は基本的に両側開けておく。(天候によっては少しだけ開ける) 授業間15分毎の窓を広く開けての換気。→寒さ・暑さ対策をして来てください。(防寒着の着用も可・運動着の半そで、短パン可)



◎ マスク着用の奨励 鼻と口をしっかり覆います。必要に応じて布マスクの準備→マスクの品薄状態が続いています。文部科学省ホームページ「こどもの学び応援サイト」内にマスクの作り方が載っています。柄などは自由です。参考にして下さい。また、文部科学省より生徒にマスクが届いています。当面1枚、今後2枚目が配布予定です。  
予備のマスク、弁当時外す際入れておくビニール袋の準備をお願いします。

#### ◎ 毎日トイレのドアノブやレバー、蛇口等の消毒

→清掃時、または放課後職員が消毒作業を行います。

#### ◎ 人との距離の取り方に気をつける

基本は1m可能なら2m離れる。話をする時もこの距離を意識する。

### コロナいじめの無いように…

各地でコロナに感染した人に嫌がらせをするような事態も起きているのだそうです。

皆さんには気をつけて生活して欲しいと思っていますが、上手く対応出来ていない人には優しく教えて欲しいと思います。現状では誰が感染していても不思議ではありません。感染した人が出た場合、いたわる気持ちで生活して欲しいと思います。

頑張っていて自粛している人ほど、あまり考えずに行動している人には腹立たしい思いをしているかも知れません。でも、あなたを含めた多くの人の行動のおかげで、感染拡大のスピードは確かにゆっくりになっていると思います。

また、世界各地で、毎日決まった時間にベランダに出て医療従事者や社会を支えて働いてくれる人に拍手を送る取り組みが行われています。私たちも心からの感謝の気持ちをいつも持ちたいと思います。

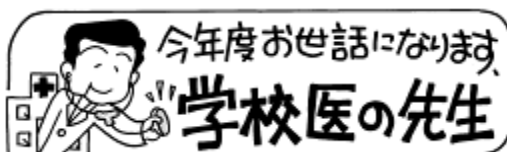
## 各家庭でお願いしたいこと

- ◎ 毎朝検温と健康観察をし、カードに記入・捺印して下さい。
- ◎ 帰宅後は必ずうがい・手洗いをさせる。
- ◎ 丁寧な歯磨き(口腔内を清潔に保つ事で自浄作用が働きます。)
- ◎ 出来るだけ人混みを避ける。



国では人との接触を8割減らす事を目標にしています。どんな事が出来るか、お子さんと是非話して頂ければと思います。

- ◎ 体調が悪い時(発熱がある、風邪症状がある、解熱剤を飲んでいる、息苦しさがある等の場合)は学校を休んで下さい。欠席にはなりません。県外往来者との濃厚接触や家族の方が感染を疑うような症状がある場合など登校に関して不安のある方は担任に相談して下さい。
- ◎ しっかり食べて栄養をとり、ゆっくり休養・しっかり睡眠・夜更かしをしないで免疫力を高める。



生徒の健康診断や健康増進のために  
ご協力下さいます。

内科	川越 圭 先生 (かわごえ内科クリニック)
眼科	佐藤 浩章 先生 (佐藤眼科医院)
歯科	里見 優 先生 (さとみ矯正歯科クリニック)
耳鼻咽喉科	鈴木祐輔 先生 (山形大学医学部附属病院 耳鼻咽喉科・頭頸部外科)
精神科	林 博史 先生 (山形大学医学部附属病院 精神科)
学校薬剤師	小笠原 慧 先生 (エール薬局)

## 健康診断の実施について

臨時休業の影響で健康診断の日程はすべて延期となっています。今後の予定は分かり次第お知らせします。

※ 今年度もお世話になります。保健室の千葉です。お家の方もお気軽にお立ち寄り下さい。