

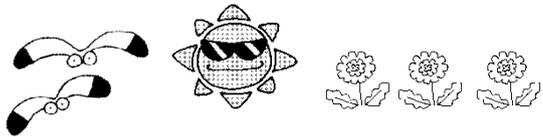
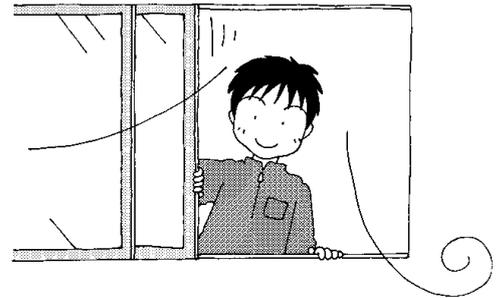
新型コロナウイルス感染症 特集 ～ 予防について③ ～

前回のほけんだより No4 で予告していた～新型コロナウイルス3つの顔～を変更し、今週から始まった分散登校時のことについて保健室からお知らせします。



花粉症対策 万全に！

まずは、季節柄花粉症で困っている人も多いと思いますが、新型コロナ感染拡大防止のため、教室の窓やドアは定期的にかけて換気を行います。花粉症の人は、自宅でする最大の対策を行って登校してきてください。マスクはもちろん、病院からもらっている飲み薬や目薬、ゴーグル等、自分でできる限りの対策をしましょう。



え、もう？熱中症対策！



臨時休校によりほぼ1カ月間、通学もなければ体育授業や部活動もない期間がありましたね。人の筋肉はそれまでの活動を止めると2～3週間で落ちてしまうそうです。筋力も体力も落ちている中で、気温の上がり下がりや、マスクの着用等、体温調節のしにくい環境となります。熱中症を予防するためにも以下の事に注意しましょう。

- ◎ 水分補給はしっかりと！（1日1.5ℓ以上）
- ◎ 衣類の調整で体温管理！
- ◎ 早めに生活リズムの見直しを！



校内の感染拡大防止対策

何気なく手でつかんでいる……ドアノブ。不特定多数の人が触っています。今回、社会科の横畠先生の発案と作成のご協力をいただき、写真のようなアイテムを校舎の開き扉に設置しました。すでに見かけた人はいるかと思いますが、使い方を紹介します！

- ① 輪に腕を通す。
 - ② 通した腕を斜め下に引くとハンドルが下げるとともに扉を開く。
- 慣れるまではやりづらいかもしれませんが、感染拡大防止にご活用くださいね。



生徒の皆さん おうちの方へ

今年度予定されておりました健康診断が延期になっておりますが、学校が通常通り再開する見通しが立ち次第、日程を調整し、おってご連絡いたしますので、ご了承ください。