

ご入学・ご進級おめでとうございます

4月・5月の保健目標

- ・健康診断をとおして、自分の健康状態や身体の成長を知ろう
- ・基本的な生活習慣を身に付けよう
- ・安全に過ごすためのルールを身につけよう
- ・各種の行事の安全に注意しよう

保護者の皆様へのお願い

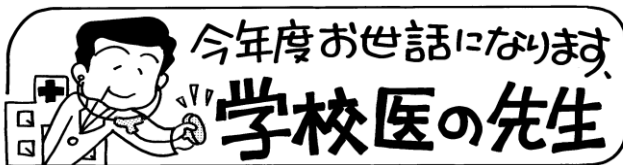
回収日は決まり次第、お伝えいたします。

新2・3年生(いちい学級含む) 3/24(火) 配付	1. 保健関係調査票(保健調査・アレルギー調査・結核問診) 2. 健康の記録 3. 心とからだの健康調査 4. スポーツ振興センター同意書 * 配付している封筒に入れてご提出ください
新1年生(いちい学級含む) 4/3(金) 配付	

4月・5月の健康診断の予定

新型コロナウイルスの影響で、健康診断の日程を仙台市教育委員会や学校医さんと調整中です。決まり次第、お知らせしますので、お待ちください。

健康診断は、みなさんの体の発育の様子や健康状態を調べる大切な機会です。また、自分の体について知り、健康について学ぶ機会でもあります。規則正しい生活を心がけ、体調を万全に整えておきましょう。



管理校医：菊地 亮 先生 (菊地内科クリニック)
(内科)
眼科：高瀬 光一 先生 (高瀬眼科)
耳鼻科：佐藤 美栄子 先生 (中田公園前クリニック)
歯科：米良 健太郎 先生 (みどり歯科医院)
薬剤師：大賀 裕佳 先生 (つばさ薬局)



みんなの保健室 機能と役割を正しく理解して。。。!!



保健室では、その日のケガの手当しかできません

保健室は応急処置の場ですので、絆創膏や湿布の貼り替えなど、継続的な手当はできません。その後の治療は、家庭や医療機関で行いましょう。

保健室が閉まっているとき

代替養護教諭が不在のときは、職員室にいる先生に相談してください。職員室にも応急処置用のセットを置いています。

通常

- ・保健室での休養は原則1時間としています。
(1時間目と6時間目の休養は原則できません)
- ・休養した日は、放課後の活動はできません。
自宅でゆっくり疲れを取りましょう。
- *新型コロナウイルスの感染防止のため、保健室での休養はできません。体調不良者は早退となりますのでご了承ください。**



渡辺華織先生の産休代替養護教諭としてお世話になります。仙台市立柳生中学校から参りました。佐藤由里亜と申します。皆さんと健康・安全に学校生活を送ることを楽しみにしています。新型コロナウイルスの影響が日に日に拡大していますが、どうぞ、お体を大事にしてください。



新型コロナウイルスについて



感染症対策について

① 感染源を絶つこと

発熱（本校では、37.0度を発熱とします）や風邪の症状等が見られる場合は、自宅で休養しましょう。風邪の症状があるということは、免疫が落ちている状態です。感染の可能性が高まるので、無理をしないでゆっくり休みましょう。（コロナウイルス関連での休みは欠席とはなりません）

*保護者の皆様へお願い

ご家庭での毎朝の検温とお子様の健康状態の確認をお願いいたします。

- 検温をしてカードに記入してきた場合（体調不良なし）は、各フロアで手洗い後教室に入ります。
- 検温及びカードを忘れた場合、男子は調理室、女子は保健室で検温し、異常がなければ手洗い後教室に入ります。
- 学校で体調不良が見られた場合は、無理をさせず早退させますのでご理解をお願いいたします。

*検温カードは臨時登校日に配付します。

*保健室での休養は出来かねます。



② 感染経路を絶つこと

手洗いや咳エチケットを心がけましょう。ハンカチはポケットに1枚と予備に鞆に1枚入っていると安心です。ハンカチは共有しないようにしましょう。鼻をかんだティッシュは、学校のゴミ箱に捨てる、家から持ってきた袋に入れ、持ち帰って捨てるようにしましょう。ご協力をお願いいたします。



感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

① 手洗い

正しい手の洗い方

- 手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう
- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
 - 手の甲をのばすようにこすります。
 - 指先・爪の間を念入りにこすります。
 - 指の間を洗います。
 - 親指と手のひらをねじり洗います。
 - 手首も忘れずに洗います。
- 石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

② 咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやる

- マスクがない時
とっさの時
- マスクを着用する（口・鼻を覆う）
ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
袖で口・鼻を覆う
- 何もしずに咳やくしゃみをする
- #### 正しいマスクの着用
- 鼻と口の両方を確実に覆う
 - ゴムひもを耳にかける
 - 隙間がないよう鼻まで覆う
- 咳やくしゃみを手でおさえる



■ 詳しい情報はこちら

厚労省

検索



（参考）手洗いと咳エチケット（出典：首相官邸ホームページ）

*学校では、お子様が下校した後に、教室やトイレなど全教職員で消毒いたします。

③ 抵抗力を高めること

免疫力を高めるため、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ましょう。

（裏面）

集団発生防止について

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議（以下「専門家会議」という。）が3月9日に示した見解によれば、これまで集団感染が確認された場に共通するのは、

- ・ 換気の悪い密閉空間であった

⇒換気の徹底

- * 寒い場合は、防寒着の着用を認めます。（先生に報告しましょう）
- * 気温の低い日は、エアコンの暖房を使用します。

- ・ 多くの人が密集していた

⇒多くの人が手の届く距離に
集まらない

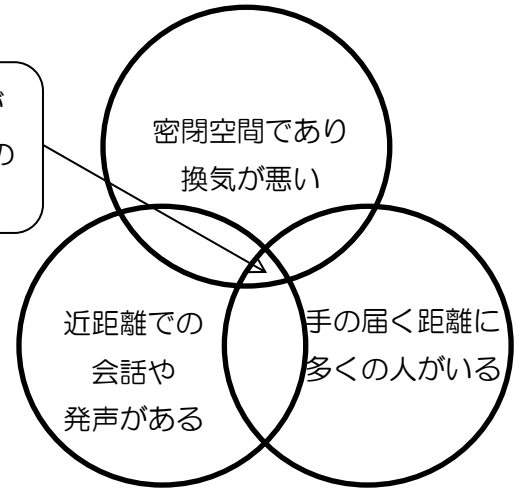
- ・ 近距離での会話や発声が行われた

⇒近距離での会話や大声での発生を
できるだけ控える

の3つの条件が重なった場です（図参照）。

3つの密を
避けましょう

3つの条件が揃う場所が
クラスター（集団）発生の
リスクが高い



- * **授業に行く教職員は手洗い・マスクの着用に努めます。**
- また、授業内容も3つの条件が揃わないよう、工夫します。**

（参考）「新型コロナウイルス感染症のクラスター（集団）

発生のリスクが高い日常生活における場面についての考え方」

（令和2年3月9日新型コロナウイルス感染症対策専門家会議）

「新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言」

（令和2年3月9日新型コロナウイルス感染症対策専門家会議）

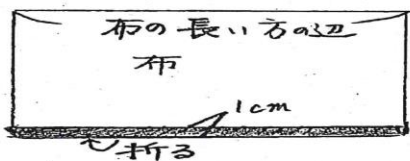


手作りマスクの作り方

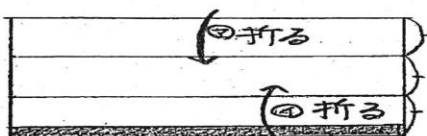
子どもの学び応援サイト等で手作りマスクの作成方法について詳しく掲載されていますので、マスクがなかなか手に入らない場合は是非ご参考に作ってみてください。

簡単マスクを作ってみよう！

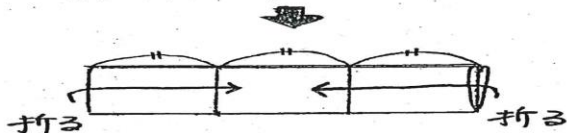
- ① タオルカサを切る。
約 30cm x 40cm



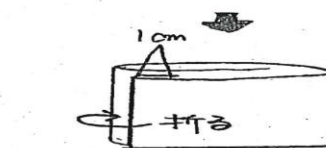
- ② 下部を1cm裏側に折る



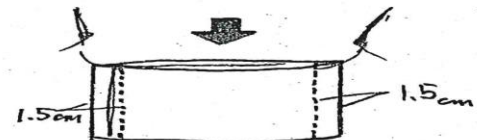
- ③ 上側、下側の川貞に折って3つ折りにする



- ④ 左右を折って、3つ折りにする



- ⑤ 上になつた方を1cm内側に折る



- ⑥ 両端から1.5cmの位置を縫いゴム通し口を作る



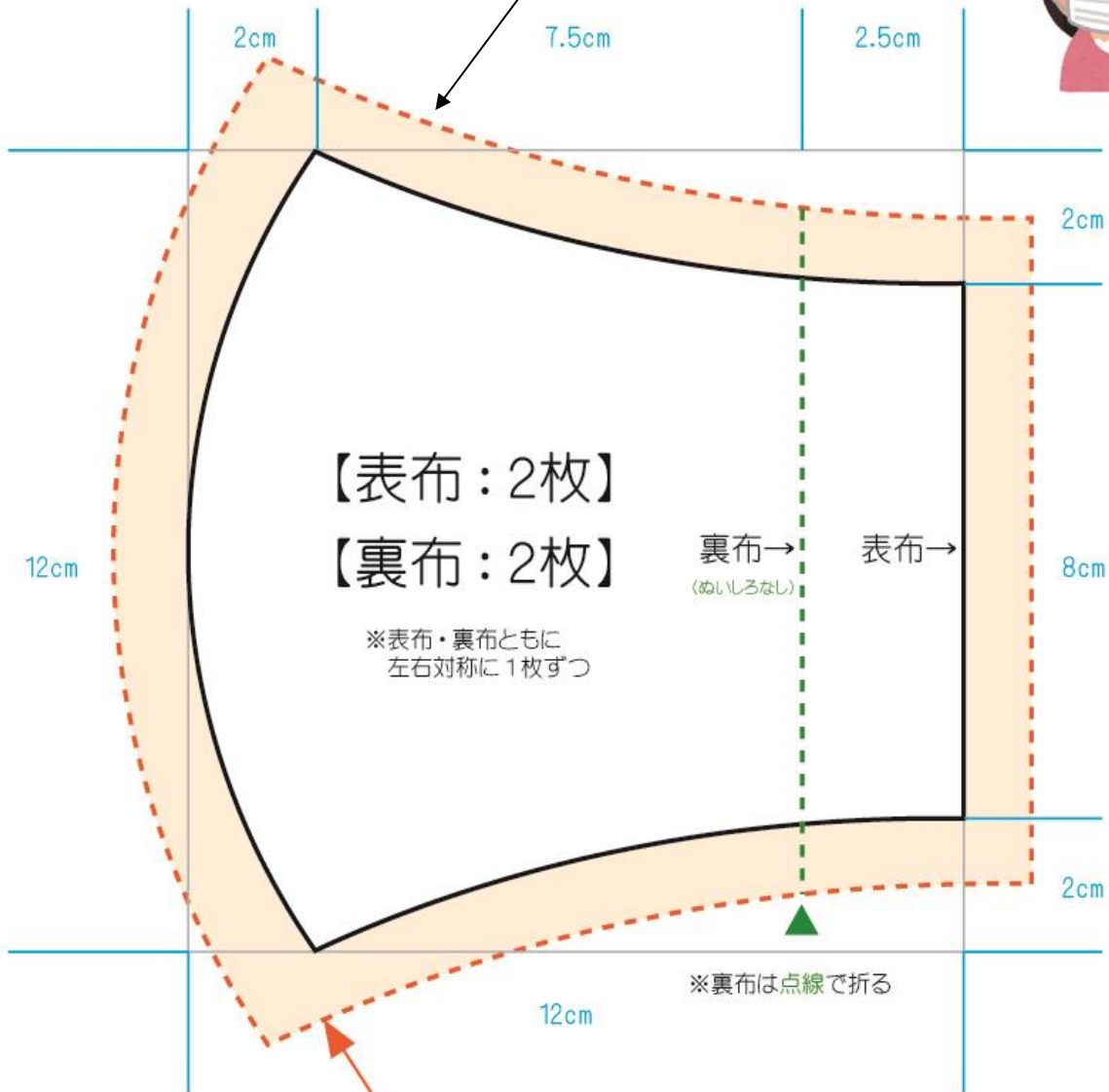
- ⑦ ゴムを通してそれぞれゴムを通して「結び」

（参考）徳島県教育委員会

手縫い立体マスク型紙

※原寸大

オレンジ色の点線で切ると縫しろ込みの型紙として使用できます。



縫しろ (1cm) 込みの寸法 (表布)

ぜひオリジナルマスクを工夫して作ってみてください。



〈材料〉

表布 16cm×30cm ※素材は何でもOK

裏布 16cm×22cm ※綿 100% } さらし
ガーゼ
手ぬぐい 新品は水で洗う
ハンカチでもOK