



# ほけんだより 5月

令和2年5月28日

堀江中学校 保健室

6月からの学校再開に向けて、いよいよ教室での分散登校が始まりました。久しぶりに昇降口から教室へ向かい、初めての教室にワクワクしている人、緊張や不安のある人もいるかもしれません。

みなさんが安心して学校生活を送れるように、先生たちはたくさんの準備をしてきました。ただ、安心、安全な学校生活にはみなさんの協力がどうしても必要です。新型コロナウイルスに負けない新しい学校生活の決まりを一人ひとりがしっかりと守って、元気に楽しく過ごしましょう。

## 新しい生活様式に基づいた 学校生活の決まり



### た 体温を測ろう

#### 熱を測って健康の自己管理をしよう

登校する際には、家での健康チェックが欠かせません。体温は何℃か、だるさはないか、**具合の悪いところは無いか**を確認し、健康チェック表に記録して持参しましょう。



もしも体温を測らずに登校した場合は、1階の検温スペースで体温を測り、発熱がある場合は下校してもらうことになります。



### ま マスクをつけよう

学校再開ガイドラインにより、学校で過ごす間はマスクを着用することになりました。さらに、近距離での話し合いや、先生との距離が近い場合等、必要に応じてフェイスシールドをつけるようにしてください。また、暑くなって汗をかいた時のために、替えのマスクを各自用意しておきましょう。



#### ★フェイスシールドについて

汚れが気になる人はキッチン用洗剤を使って洗ってください。クリアポケットで作ったものは耐久性が低いので、破れたら先生に新しいクリアポケットをもらってもう一度作ってください。特に眼を保護することが目的なので、花粉用のメガネやゴーグル等が家にある人はそれを代用しても構いません。

先生方のつけているフェイスシールドがほしい人は、担任の先生に申し出てください。後日型紙と透明なシートを渡しますので、自宅で作ってください。作る際は30cm～40cmのゴムひもが必要です。

### て 手を洗おう

#### 体育の後、トイレの後、給食前、みんなで使うものを触った後

手についたウイルスを落とすには、ハンドソープで洗い流すことが最も効果的です。洗い残しがないようにていねいに洗いましょう。消毒用アルコールも上手に併用してください。

### は はなれよう

#### お互いに手が触れないような距離を保とう



### こ 声に出して伝えよう

#### 具合の悪い時は我慢せず先生に言おう

我慢強いのは堀中生の素晴らしいところですが、新型コロナウイルス感染が心配な今だけは少しでも具合の悪いところがあったら、早めに申し出るようにしてください。