

入学、進級など新たな節目を迎えられたみなさん『はじめまして!』 この春の異動で4月1日着任いたしました保健室の名倉です。よろしくお願ひいたします。

ご存じのとおり、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の感染拡大が続いています。

当初は、若い人の感染は少なく、かかっても軽症ですむのではないかとわれていましたが、世界中で10代であっても重症化するケースが報告されています。

日々感染の状況が変化しているため、今後も公式の情報に基づき、落ち着いて行動しましょう。

新型コロナウイルス感染症 感染拡大防止のためにおねがい!



I. 基本的な感染症予防対策の徹底を!

- ① 手洗い（特に食事前、外から帰った時、トイレの後は、石けんを泡立てしっかり洗いましょう）
- ② うがい（口腔内を清潔に保つことも感染予防につながります）
- ③ 登校時のマスク着用をお願いします。

II. 抵抗力を高める!

- ① 十分な睡眠、適度な運動、バランスの取れた食事を心がけ免疫力を高めましょう。
（前例のない長期の休校で生活リズムを崩した人は、まずリズムを整えることから始めましょう）

III. 登校前の健康観察の徹底を!

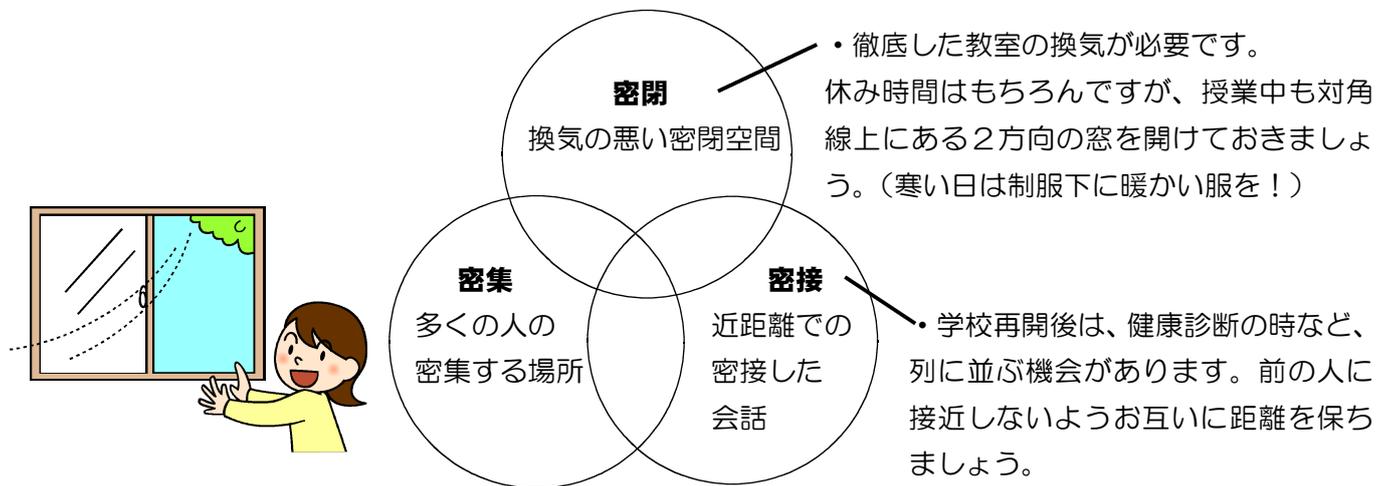
- ① 毎朝、登校前に必ず体温を測定し『健康観察表』へ記録してください。この『健康観察表』は、学校生活の中で随時チェックしますので、毎日学校へ持ってきてください。
（『健康観察表』は1年生は入学式に配布、2.3年生には4/3日に配布済み）土日も記入を!
- ② 登校前に、咳や発熱等風邪症状がある場合は、無理をせず学校に連絡のうえ、休養してください。
（欠席連絡の際、詳しい症状をお聴かせください。）
- ③ 万一学校生活の中で急な発熱等、体調不良の場合は保護者の方に連絡を取らせていただきます。
必要に応じてお迎え等ご協力お願ひいたします。

今こそ行動変容を!

不要な外出を控えるなど、一人ひとりの行動を変えていくことが感染拡大防止につながります。

感染拡大防止のための『3つの密』

国の新型コロナウイルス感染症対策専門家会議は、集団感染を防ぐには、次の図にある「3つの密」を徹底的に避けることが重要であると示しています。



健康診断について

健康診断については、学校再開後、学校医・各検査機関と安全安心な方法を相談し、当日の体温確認や上記の「3つの密」を避けるための対策を行ったうえで実施したいと考えています。

日程については現在調整中ですので、詳細がわかりしだいお知らせします。

なお、今後も急な予定変更も十分考えられますので、ご理解ご協力よろしく願いいたします。

全学年対象：	保健行事	持ってくるもの等、ワンポイントアドバイス
	身体測定	体操服を着て行います。 メガネを持っている人は、必ずメガネを持参してください。
	尿検査	起床後、1回目の尿を採取してください。
	内科・運動器検診	夏物・冬物両方の体操服を持参すること。
	眼科検診	普通のコンタクトレンズは装着したままでOK（カラー禁止）
	歯科検診	昼食後、各自検診前に歯みがきを！（歯ブラシ持参） （今年度は感染拡大防止のため歯鏡の持ち帰りはなしです）
1年生のみ：	心電図検査	夏物・冬物両方の体操服を持参すること。
	胸部X線撮影	夏物・冬物両方の体操服を持参。髪の毛の長い人は束ねるゴムも持参。