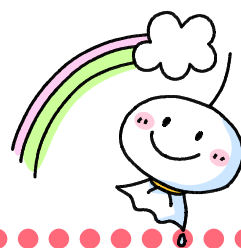


ほげんだより

2021年6月
桐蔭高等学校
保健室



新型コロナウイルス感染症について

各地で感染力が強いといわれる変異株の感染者割合が上昇し、今後の感染拡大が懸念されているところです。引き続き「手洗い・マスクの着用・三密を避ける・教室の換気」等、感染症対策を徹底してください。



マスク着用について

NEW

身体的距離が十分とれていない時は、マスクを着用することが原則ではありますが、気になるのは暑さです。熱中症などの健康被害が出ないように、以下（１）～（４）についてお願いします。

（１）熱中症への対応を優先させるため、気温・湿度や暑さ指数（WBGT）が高い日にはマスクをはずしましょう。

自分自身が、暑さで息苦しいと感じた時などは、マスクをはずしたり、一時的に左右一方のみを耳にかけて呼吸するなど、自分の体調をみながら対応してください。

（２）運動時は身体へのリスクを考慮し、マスクの着用は必要ありません。

特に呼吸が激しくなる運動を行う際や、気温・湿度や暑さ指数（WBGT）が高い日には、十分な呼吸ができなくなるリスクがあるため、感染症対策を講じた上でマスクをはずしてください。（感染症対策：身体的距離の確保や会話の制限など）

（３）登下校時、人と十分な距離を確保できる場合には、マスクをはずしましょう。

（４）公共交通機関を利用する時には、マスクを着用してください。

* 暑さ指数（WBGT）とは・・・ 日本の夏は、気温も湿度も高く蒸し暑いことが特徴です。気温だけでは暑さが評価できないため、熱中症に関連する気温、湿度、日射、輻射、風の要素を取り入れた指標として暑さ指数（WBGT：Wet Bulb Globe Temperature）があり、高温環境の指標として運動時の予防措置等に用いられています。「環境省熱中症予防情報サイト」で全国の実況値や予測値が公開されていますので 運動する際など参考にしてください。



登校前の検温等『健康観察』を忘れずに！