

# ほけんだより 10月



2020.10.5 松戸向陽高校 保健室

学校が再開し、10月に入り、秋風が心地よい季節となりました。

過ごしやすい陽気ではありますが、朝晩と日中の気温差がある時期でもあるので、体調管理には留意しましょう。



また、新型コロナウイルスの感染においては、密集や密接、密閉を避ける行動や、マスク着用、手洗いの徹底といった基本的な予防策を行い、今それぞれができることを引き続き続けてください。

## 自分や友達を大切に。一人一人ができることを。

ウイルスは目に見えません。誰にでもウイルス感染は起こり得ます。だからこそ皆さんの協力が必要です。引き続き一人一人ができる行動をとって、お互いを大切にしよう。自分や友達を思いやる気持ちを忘れずに。

- ① 健康観察・・・毎朝、自分で体温測定と健康観察をして、**健康観察表**に記入の上、保管してください。発熱や風邪症状があり、自宅休養する場合は**発熱・風邪症状経過観察表**に記入し、回復後、保護者の署名、押印後担任の先生へ提出してください。提出された場合は**出席停止扱い**となります。**発熱、風邪症状等ある場合は無理をして登校せず自宅休養をしてください。**
- ② 手洗い・・・こまめな手洗いが基本です。登校後、外から教室に入る時やトイレの後、昼食の前後等、必ず流水、石鹸で手洗いをしてください。各自で清潔なハンカチやタオルを用意してください。また、手で顔を触るのは、極力控えよう。
- ③ 消毒・・・スプレー式の手指消毒薬は、昇降口、各学年室や特別教室、体育館等の入口に設置してあります。入室前に使用してください。また、多くの人に触るところ（教室の室内灯や冷房のスイッチ等）はできるだけ触れないようにしよう。スイッチ等は先生が触れるようにします。
- ④ 咳エチケット・・・マスクを着用してください。他人に感染させないため個人が咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って口をおさえることを忘れずに！
- ⑤ 換気・・・教室を常時換気しています。冷暖房使用時も授業中の天窓部分と休み時間の換気を行います。

## 今後の健康診断について

- ・内科、運動器検診 10月6日（火）5、6限 対象：2年2・5・6・7組 \*体操服用意
- ・内科、運動器検診 10月8日（木）5、6限 対象：2年1・3・4組 \*体操服用意
- ・耳鼻科検診 10月27日（火）5限 対象：1年該当者
- ・歯科検診 11月12日（木）対象：全校生徒 \*歯みがきをしてくること