



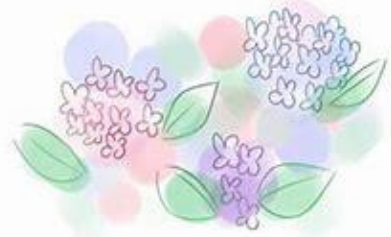
# ほけんだより 6月



浦安南高校保健室

進級、進学おめでとうございます。

新型コロナウイルス感染症の不安を感じつつも、いよいよ学校生活が始まります。新しいクラス・・・新しい人間関係・・・最初は、知らないうちに疲れが溜まるものです。ゆっくりはじめましょう。



## 新型コロナウイルス感染症について

学校で安心して過ごせるようにみなさんにお願ひがあります。

- ①登校前に、自宅で必ず体温を測り、発熱や体調不良があるときは、学校に連絡し、休みましょう。
- ②こまめに手洗いをしましょう
- ③マスクの着用をお願いします。
- ④授業中も教室の換気（窓・ドアを開ける）に協力をお願いします。
- ⑤学校以外の生活でも3密は避けましょう。

もし、体温を測り忘れてきてしまったら、学年室の体温計で測ってから教室に入ってください。

## 「知らないうちに、拡めちゃうから。」

新型コロナウイルス感染症は、ウイルスに感染していても症状が出ない場合があります、その人たちが、知らないうちに感染を拡めてしまっていることがあります。自分のために、みんなのため、そして大切な人のため。私たち一人ひとりが、できることをしっかりやっていく。それがわたしたちの未来をつくりまします。



その① 登校前に確認！発熱や体調不良があるときは、学校に連絡し、休みましょう。



① 高熱



② 強いだるさ



③ 息苦しさ



④ かぜ症状

①～③の症状があるときやかぜ症状が続くときは、住んでいる市町村の「帰国者・接触者相談センター」に相談してください。

## その② しっかり手洗い！

人は無意識に顔を触っているのです！  
手に付いたウイルスは、目・口・鼻の  
粘膜から侵入します。

手に付いたウイルスは、水とハンドソープ  
で減らせます！

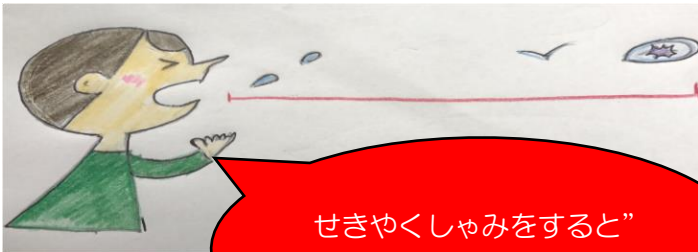
でも・・・サッと洗いしていませんか？  
サッと洗っただけでは、爪の裏や手のしわ、  
指紋の間にいたウイルスが水分で浮き出

きて、手の平に広がってしまいます。



みんなの指先ちょと 指と指のすき間、  
あと親指のまわり と手の甲が大好きさ！！  
そこから みんなの 目・鼻・口 にジャンプ！！  
でも せっけんで よく手を洗われちゃうと  
消えちゃうんだ！！

## その③ 咳エチケット



せきやくしゃみをする時”  
つば” は約2mとびます！

\*せきやくしゃみをするときは、ハンカチや袖で  
お押さえて！！

## 【正しいマスクの付け方】

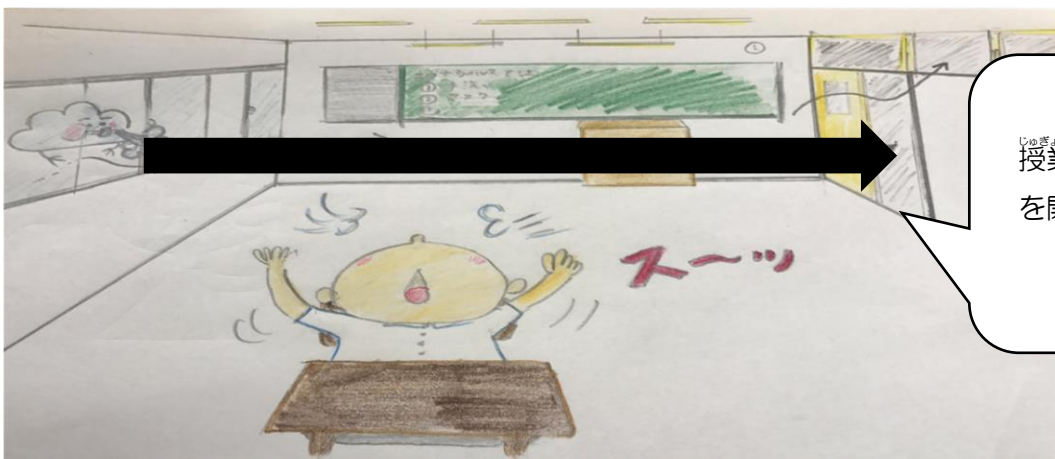


鼻・口を  
おおって！



鼻と口が・・・

## その④ 授業中も窓・ドアを開けて換気しよう！



授業中も窓とドアの2方向  
を開けて、空気の通り道  
をつくらう！