

# 保健だより

臨時号

⑥

## 感染予防を続けよう

2020/05/11 大阪市立大正北中学校 保健室



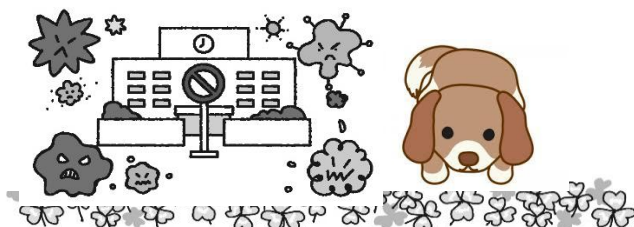
学校ホームページでお知らせされているとおり、学校の臨時休業期間延長と、学校登校日の設定についてはご存知のことと思います。さて、段階別に少しずつ学校再開向けの準備が始まろうとしています。集団感染拡大は大丈夫なのか?という不安もあるでしょう。世間では長い自粛期間のため、気の緩みが出ているような場면을報道等で見られることもあります。みなさん、気を緩めることなく、しっかりと予防対策して、自分自身はもちろん、周りのお友達も安心して学校で過ごせるように心がけましょう。

### 何度もお願いしていることですが……

- ♣正しい手洗いをしましょう
- ♣エチケットとしてマスクをしましょう
- ♣3食バランスよく食事をとりましょう
- ♣しっかりと睡眠をとしましょう(早寝・早起き)
- ♣生活リズムを整えましょう
- ♣毎日健康観察をつけて健康管理をしましょう



継続は力なり! 気の緩みは禁物。  
「自分のためにも、周りの人のためにも」です。よろしくお願いしますね。ちゃんと守っているみなさんには本当に感謝です。



### 【♣保健室からのお願い♣】

～段階的學校再開からの対応に向けて～

- 毎日、朝に必ず体温を測るようにしましょう。
- 学校への登校の時、熱や風邪等の症状、倦怠感などの体調不良がある場合は、無理をせず登校を控え、おうちで様子をみるようにしましょう。  
また、学校に必ず連絡をしてください。
- 学校で熱が確認された場合や、体調不良が確認された場合は、基本的には早退となります。

感染予防のため、ご理解とご協力をお願いします。

ウイルスは目にみえません。一般的に予防をしているつもりでも、見落としはあるものです。手洗い・うがい・マスクなどは予防対策としてよく言われているため当然わかっていますよね。ではほかにどんな盲点があるか？意外にわかっているけど注意が抜け落ちるところ・・・注意すべき点を覚えておきましょう。

## トイレ

注意すべきところ

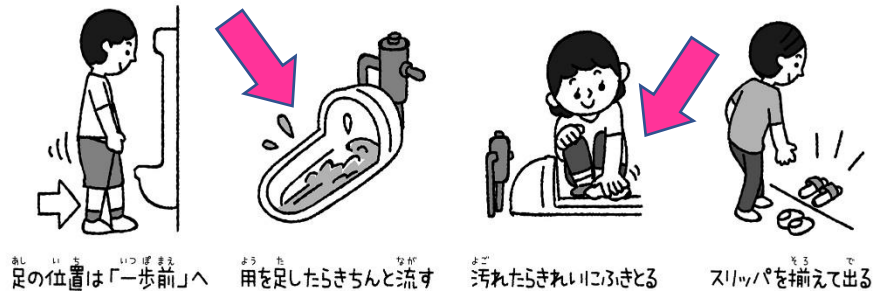
学校にいと必ず使用します。「わかっているよ！」なら良いのですが、案外注意が抜け落ちるところでもあります。トイレの後は手洗いしますが、**入る前は手洗いしていますか？** トイレ前後の手洗いが大切です。



手に触れる所がたくさんあります。毎日掃除したり消毒しますが、意識して注意しましょう。

わかっているけど、やはり清潔に保つにはとても難しいし、汚いからいやだなあと感じてしまうでしょう。しかし、右の図のように使用する時や使用後にちゃんと次の人のことを考えてすることのマナーもありますよ。

## トイレを気持ちよく利用するために



「汚いからいやだ！」「見えてないから汚くしてもわからない・・・」と自分がしないで放置しても、必ず、誰かがその汚いと感じるものを掃除し、きれいにしてくれていることを忘れてはいけません。そう理解すれば、「自分で汚したものは自分できれにする」ことでお互いが気持ちよく、そしてきれいにトイレを使えますよね。よろしくお願いします。

## 靴裏

見えないところ。靴の裏。少し注意してみましょうね。外から帰ったら消毒（アルコールや洗剤を薄めた水など）するのもいいでしょう。特に人の多い場所から帰ったら消毒するのも予防のひとつですね。



キッチンペーパーなどに消毒液をひたしたもので靴裏を拭く

