

保健だより

NO,2

5月8日(金)

四中保健室

健康観察カードの記入をお願いします

新型コロナウイルス感染拡大防止のための措置のご協力ありがとうございます。学校の再開見通しが立たず、ご不安を感じていらっしゃるかと存じます。1日でも早く四中生が安心して安全に学校に通えるように計画を立てております。臨時休業の間、学校再開したときに備えて、ぜひ健康管理をお願いいたします。引き続き健康観察カードの記入をしていただき、日々の健康管理にご利用くださるようお願いいたします。

4月から6月に行われる定期健康診断は、延期となります。具体的な日程は、決まり次第、連絡致します。

新型コロナウイルス感染防止のための環境管理「三密」に気をつけよう！

①換気の悪い
密閉空間



②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



密閉:必ず換気を行う。

30分ごとに1回5分以上換気をしてください。

密集:人の集まる場所はなるべく行かない。公園や買い物は、必ずマスクをすること。

マラソンなど外に出るときは、マスク着用をお願いします。

密接:ソーシャルディスタンス



人と人との間は2m離れて話すのが望ましい。話すときはマスク着用する。



新型コロナ感染防止のために咳エチケットを心がけよう。マスク着用をお願いします。

今、世界中を騒がせている新型コロナウイルスは、飛沫感染と接触感染、そしてエアロゾル感染（空気中を長時間も浮遊している）で、感染しています。特に気を付けたい飛沫感染は、マスク着用で防げます。飛沫感染というのは、咳やくしゃみとともにまき散らされるしぶきに含まれるウィルスを吸い込むことによって感染することです。

飛沫が飛ぶ範囲は半径1～2m、そしてそこに含まれるウィルスの数はなんと！およそ10万個。と言われていています。自分がもし咳やくしゃみをしていた場合、周囲の人たちにウィルスをまき散らさない心配が必要です。それを咳エチケットと言います。また、マスク着用は、近くの人々のウィルスを吸い込まないための予防にもなるのです。



- ・今は非常事態です。外に出る時は必ずマスク着用する。



- ・マスクをしてなくて咳やくしゃみが出る時は、人がいない方を向いて手で鼻と口をおおい直ちに手を洗う。

<マスクの正しいつけ方>



1, マスクを鼻の形に合わせる 2, あごの下まで広げる 3, ひもを耳にしっかりとかける

国から届いた布製のマスクを登校日に配布いたします。洗って使えるマスクです。2枚目は6月配布予定です。