

コロナ対策 保健だより

2020年5月26日 六会中・保健室・小林鮎奈

突然の休校から約3ヶ月が経とうとしています。楽しみにしていた事がなくなり、辛い思いもしました。しかし、皆さんの自粛や感染予防の頑張りにより、感染者も減少傾向！！6月から分散登校が開始です☆

分散登校開始にあたって、お願いがありますのでよ〜くほけんだよりの読んで、感染予防の準備バッチリで登校しましょう(*^o^*)

感染予防のための毎日の準備：☆健康調査票（登校日の自宅での健康状態を記入したもの）
6/1（月）登校には5月の健康調査票も持参してください。
☆マスク着用：布マスクでも紙マスクでも可
☆ハンカチ
☆ビニール袋：鼻水をかんだティッシュなど感染ゴミを持ち帰るため
☆元気な体

❀登校時の1日の流れ❀

【登校前に自宅で行うこと】

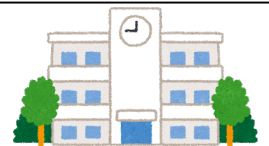
- 登校前の体温を自宅で測定し、健康調査票を記入→学校の持ち物へ
- 体調不良の症状がないことを確認



- 37度以上の発熱 または 平熱より0.5度以上高くかつだるい・食欲がない・気持ち悪さ
- 風邪症状(咳・くしゃみ・だるさ・息苦しさ)

【学校に到着】

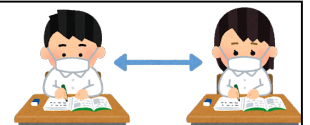
- 昇降口に入る前に健康状態をもう一度確認！
→体調に関して気になることがあれば、近くの先生に伝える。
登校時は、体育館の部室前(昇降口近く)に 養護教諭 小林tがいます。



- 教室に入ったら、自分の机に荷物を置き、手洗い→うがい→手指消毒
※手荒れや消毒液にアレルギーのある生徒は消毒をしないで大丈夫です！！
- 始業前のHRで健康調査票を先生に確認してもらう

【校内での過ごし方】

- 教室を出るとき・入るときには、手指消毒(教室入り口にある)
※手荒れや消毒液にアレルギーのある生徒は消毒をしないで大丈夫です！！
- 鼻をかんだティッシュなどの感染ゴミは、ビニール袋に入れて机横にかけ、自宅に持ち帰る
※消しやすなどのゴミは学校で捨てて構いません
- 教室で会話をするときは、自分の机に座った状態で行う
- 意識がないなど危険なとき以外は、体調不良時の保健室は1人で来室する



皆さんは外出自粛中、こんな感情を感じませんでしたか？

あの行動でコロナにかかったかもしれない…心配



なんであれもなくなっちゃったの！イライラする！！



友達や家族と会えない寂しいな…



これからどうなるのか不安ソワソワ…



周りの人が感染していたらどうしよう 怖い



この感情、生徒の皆さんだけでなく大人も感じています。
人はいつも通りの生活と違うと誰もが不安や恐怖、怒りを感じやすくなります。
こうした反応が生じるのは自然なことです。

心の元気を保つために必要なことってなんですか？
ニュースから離れて、勉強やゲームをすることで気分転換になった人
起きる時間を決めたり、ご飯を食べることで元気になった人
お笑いをみて笑って気分が晴れた人など 様々な人がいると思います。

休校中に感じた辛かった思いや頑張ってきたこと、
これからの学校生活を楽しむ力に変えられたら良いなと思います。
先が見えることで人は安心を感じます。
同じ思いを感じている人との出会いも、心を元気にしてくれます。
悩みや不安を感じていたら、学校にいる先生にも相談してみてくださいね。

参考文献：日本赤十字社 HP ～感染症流行期にこころの健康を保つために～

保護者の方へ

日頃から学校活動に対するご理解・ご協力ありがとうございます。
学校再開にあたり生徒の健康を守るため感染予防対策を取らせて頂きます。

- 登校前には**毎日の健康観察**を行い、**体調不良時には自宅待機**をお願いします。
- 登校時には**必ずマスクの着用**をお願いします。
- 登校時に体調不良の症状が見られた場合には、**家庭連絡**を行い帰宅させます。
また、保護者との連絡が取れない場合、帰着後、学校に連絡をするよう伝え生徒を帰宅させます。
- 授業の途中で体調不良の症状が出てきた場合には、**保健室での休養を行わず早退**となります。
- 鼻をかんだ後のティッシュ**など感染する可能性の高いゴミは、持参のビニール袋に入れて持ち帰り、**家庭での廃棄**をお願いします。
- 学校での消毒液は、**微酸性電解水**を使用します。

ご不便をおかけしますが、ご尽力の程お願いいたします。