

ほけんだより



島根県立隠岐高等学校保健室
令和2年10月26日

朝晩の冷え込みが強く肌寒い季節になってきました。最近では『With コロナ』の生活に慣れてきたと思いますが、『慣れ』による気の緩みはないでしょうか。？かぜ、インフルエンザ、ノロウイルスによる感染性胃腸炎など、警戒すべき感染症の流行は冬を中心に起こります。基本対策を再確認し、より一層自他の健康へ気配りし、すべての感染症に負けない生活を送りましょう。



“コロナ対策”もう大丈夫だろう…
なんて思っていないですか？

再確認とお願い



1、体育の授業以外の所でマスクを着用していない人を多く見かけます。

マスクは、『自分と相手を守るため』に着用するものです。お互いが着用することで効果を発揮します。どちらか一方ではいけません。お互いに着用しましょう！

教室での授業中は、マスクを着用すること



2、手指アルコール消毒液の減りが少ないです。

ウイルスや菌が付着した手で目、鼻、口を触ると……。粘膜を通して体内にウイルス・菌が侵入！そして感染！こまめな手洗い・手指消毒を。

3、キープディスタンス、できていますか？

『どのくらいの距離で、何分くらい』会話をしたか』この距離が近ければ近いほど、会話をしている時間が長ければ長いほど、感染リスクは大きく上昇することが分かっています！ 家庭内感染や、飲食を伴う場での感染が多い理由がわかります。どちらも“近い距離”と“長い時間”だからです。

4、健康チェック(登校前の検温)が習慣になっていない人が、まだいます。

学校は、集団生活の場。お互いが安心して過ごせる環境を作るために、まず朝一番に実施して！実施しない人は、周囲に迷惑をかけているということを、自覚してください。



上記4つは、インフルエンザの予防にもなります！

～お願い～ 学校を遅刻・欠席する時は、必ず保護者の方が連絡をお願いします。

