

ほけんだより 1月

R4.1
鏡山小
保健室

先週から鏡山小学校では新型コロナウイルスのため、5の1と6の1で学級閉鎖を行っています。(1月25日(火)現在)オミクロン株は感染力が強く、感染者が増えるスピードも速いようです。新型コロナウイルスに負けないようにしっかり対策をしていきましょう。

おうちのかたへ

再び、「健康観察チェック票」のご記入をお願いします。

★毎朝必ず検温して登校させてください。いつもより体温が高い場合や体調がすぐれない時は無理をされず、お家で様子をみられてください。

- 毎日、朝・夕時間を決めて2回検温し、健康状態をチェックしてください。
- 本人や家族にコロナ感染が出た時は、その旨を必ず学校に連絡をお願いします。
- 毎日登校したら、健康観察チェック票をクラス担任に提出してください。

せきが出る時にマスクをつけるのはエチケットです。人にうつさないだけでなく、のどをかんそうから守って、いたみをへらしたり、せきを出にくくしたり、治りを早くしたりします。



マスクの正しいつけ方



マスクを鼻の形に合わせる



あごの下までひる広げる



ひもを耳にしっかりとかける



あごマスク



鼻出しマスク

コロナ? インフル? ただのカゼ?



特徴的な症状があるけれど… 見分けるのは難しい!

心配な症状があるときは、人との接触を避け、医師の診察を受けましょう

※全く無症状で陽性になった人もいます。

コロナもインフルもカゼも… 予防方法は同じです



手洗いはタイミングも大切です!

～石けんでしっかり洗いましょう～

外から帰ってきたとき

咳やくしゃみをしたり鼻をかんだとき

調理や食事の前後

外にあるものやみんなが使うものにさわったとき

トイレの後

掃除やゴミ捨ての後

