



唐津市立名護屋小学校保健室 2022. 9. 2 (金)

夏休みが終わって、1週間以上経ちました。生活のリズムは戻っていますか？まだまだコロナ予防の為に制限が色々ありますが、予防を続けながら学校生活を楽しく安全に過ごしたいですね。

2学期コロナウィルス感染症対策

1 こんなときは、^{とうこう}登校をひかえましょう。^{けっせき}(欠席ではなく出席停止となります)

- ① ^{かぜしょうじょう}風邪症状などがあるとき ② ^{かぞく}家族に^{かぜしょうじょう}風邪症状があるとき

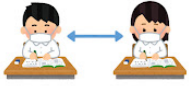
2 ^{がっこうせいかつ}学校生活の^{かんせんしょうたいさく}感染症対策※これまで、^{かんせんよぼう}やってきた^{つづ}コロナ感染予防を続けましょう。

とうげこうじ 登下校時

• ^{いえ}家を出るまえに^{ねつ}熱を測り、^{せいかつけんこう}生活健康チェック表に記録する。

• ^{とうげこう}登下校のときは^{はず}マスクを外してよい。 / ^{きょり}距離をとる。

じゅぎょうちゅう 授業中



• ^{しょうじ}エアコン使用時も^{たいかくせんじょう}対角線上に^{かしょまど}2ヶ所窓を開け、^{せんふうき}扇風機も使用。

• ^{そと}外、^{たいいく}体育の^{じゅぎょうちゅう}授業中は^{はず}マスクを外してよい / ^{きょり}距離をとる

やすじかん 休み時間



• ^{きょうしつ}教室の窓を開けて^あ換気をする。

• ^{きょり}キープディスタンス / ^{ちか}近づき過ぎない

• ^{そと}外では^{はず}マスクを外し、^{こうしゃない}校舎内に入ったら^{はい}マスクをする

きゅうしょくじかん 給食時間

• ^{てあら}ハンドソープで^{しょうどく}手洗い / ^{しょうどく}アルコール消毒

• ^{まえ}前を向いて^む黙食 / ^{デスクガード}デスクガード

• ^た食べた人から^{ひと}歯みがき / ^{ひく}低い位置から^{みず}水を出す

名護屋小みんなで予防!

1 マスク



はずした
はなさない

2 てあらい



三〇びょうあら

3 キープディスタンス



2mはなれ

4. かんき



すこしあけておく!

5. しょうどく



手洗いとセツ

6. えいよう



あさごは

7. うんどう



そとであそぼ

8. すいみん



はやね・はやお



おぼえておこう こんなときどうする？

ボールがあたった

+ ビニール袋に
氷を入れて冷やす



目にゴミが入った

+ 洗面器に水を入れて
まばたきをする



ひざをすりむいた

+ 傷口の
汚れを洗い流す



鼻血が出た

+ 小鼻をつまんで
下を向く



足首をひねった

+ 安静にして冷やす



ゆびを切った

+ 清潔なガーゼや
ハンカチをあて、
おさえる



9月9日は救急の日です。

こんなときどうする？の手当てを、できるように
覚えておきましょう。

保健室に来る前、近くに大人がいない時、自分で
も、できる手当てがあります。

Switch! ✨

夏休みモード

↓
学校モード

体も気持ちもまだ
「夏休みモード」の
人は、早めに切り替
えを。



切り替えの

3ステップ

- ① はやね
- ② あさひを
あびる
- ③ あさごはん

それでも、
学校に
行きたくない
なにか
だるい
ときは…

心が疲れているのかもしれ
ません。ひとり
で悩まず、保健
室に相談に来て
くださいね。



相談窓口

新型コロナウイルス感染症を理由とした差別や偏見でつらい思いをしていたら、
一人で苦しまず、相談窓口を利用して不安や悩みを話をしてみてください。

Check	24時間子供SOSダイヤル	0120-0-78310	文部科学省
Check	新型コロナこころの健康相談電話	050-3628-5672	一般社団法人日本臨床心理士会、 一般社団法人日本公認心理師協会
Check	チャイルドライン (18歳までの子供が対象)	0120-99-7777	特定非営利活動法人 チャイルドライン支援センター
Check	子どもの人権110番	0120-007-110	法務省
Check	いのちの電話の相談	0120-783-556	一般社団法人 日本いのちの電話連盟