

# ほけんだより



天草中学校ほけんだより第7号

令和2年5月29日（金）

文責：養護教諭 荒木 夫美恵

学校が本格的に始まりました。少しずつ慣れてきましたか？学校生活もこれから忙しくなります。体調管理をしっかり行い、こころもからだも健康に過ごしましょう。また、もうすぐ梅雨に入ります。落ち着いた生活を心がけ、ケガのないようにしましょう。

新型コロナウイルス感染症には第2波がくるといわれています。感染症対策には、一人ひとりの心がけが何より重要です。一人ひとりが、日常生活の中で「新しい生活様式」を心がけることで、新型コロナウイルス感染症をはじめとする各種の感染症の拡大を防ぐことができ、自分だけでなく、大事な家族や友人、隣人の命を守ることにつながります。



手を洗うモン  
#WashHands



換気をするモン  
#OpenWindow



くっつかないモン  
#KeepDistance

（裏に新しい生活様式の例を載せていますので、参考にしてください。）

## 感染症対策 続けましょう

来週から登校の際には、以下のことを守ってください。

- 朝起きたら、登校までに体温を測る
- 健康状態チェックカードに記入し、保護者のサイン（または印鑑）をもらう
- 校内ではマスクを着用する（体育などでは先生の指示に従う）
- こまめに石けんで手洗いを行う！手洗いは30秒以上！！
- 咳エチケットを行い、こまめにうがいをする
- 帰宅したら、うがい・手洗いを行う
- 「十分な睡眠」「適度な運動」「バランスのよい食生活」健康管理に努める
- 体調が優れない時には、無理をしない（学校に連絡する）



お手数ですが、毎朝お子様の体温と健康状態の確認をお願い致します。その後、健康状態チェックカードへのサイン（または捺印）をお願い致します。

保護者の方へ

学校ではこんなこと  
やってるモン。



職員も、毎朝検温  
してるモン。

- 校内の消毒
  - ・保健環境委員会と養護教諭で行います。
- 消毒液、石けん・ハンドソープの設置
  - ・各クラスと生徒玄関にアルコール消毒液を設置
  - ・生徒トイレに泡ハンドソープを設置
  - ・各学年手洗い場に液体ハンドソープを設置

昼休みに体重測定をします。

6月1日：1年生

2日：2年生

4日：3年生

夏の体操服を忘れずに。

こまめに手洗いしましょう