

ひだまり

令和2年2月28日(金) 文責 保健室 荒牧

臨時号 大切なお便り
です。家族でご覧ください。

新型コロナウイルスに対するご家庭での対応について

学校でも、手洗い・うがいの励行や換気、咳エチケットの徹底をしています。基本的には「インフルエンザの予防」です。休校中においても、ご家庭で感染症予防についてしっかり話し合ってください。

日常で気をつけてほしいこと

- ① 毎日、検温する
- ② 家でも石けんを使った手洗い、うがいをする
- ③ 不要な外出をしない



病気の予防の
基本!

こんな時には、学校へご連絡ください。

- ① 37.5℃以上の発熱が4日間続いている。
- ② 強い倦怠感(だるさ)や息苦しさがある。



この場合は、学校への連絡後、菊池保健所へ連絡をとっていただき、指示を受けていただくことになります。

武蔵ヶ丘中学校 電話096-232-4110

菊池保健所 電話0968-25-4138

抵抗力を高めるために・・・

十分な睡眠時間の確保が必要です!



体調不良で保健室に来室する生徒の多くは、就寝時刻が遅く睡眠がとれていません。あわせて、ゲームやインターネット等を使って遊ぶ時間とルールの確認をご家庭で再度お願いします。休校だからといって、夜遅く寝る生活にならないようにしてください。

特に、受験生のみなさん、学習の時間も大切ですが、休養の時間も大切にしてくださいね。