

ほけんだより



令和3年 9月21日
西都市立穂北中学校

もう一度確認しよう！新型コロナウイルス感染対策！

新型コロナウイルスは、変異を繰り返し、感染力を強めています。現在、流行している新型コロナウイルスは『デルタ株』と言われ、今までのコロナウイルスよりも感染しやすいと言われています。そのため、今まで以上に感染対策を徹底しなければなりません。

今までのコロナウイルス

- 一人の感染者から 1.5~3.5人 にうつってしまう。
- 1.2m離れてマスクをしないで 15分話す。



新しいコロナウイルス

- 一人の感染者から 5~9.5人 にうつってしまう。
- 1.8m離れてマスクをしないで 15分話す。

今、流行している新型コロナウイルスはとても感染力が強い！！

学校での 6 つの対策！

手洗い：1回30秒以上
ハンカチの共有はしない



毎朝の健康チェックをしっかり！
毎朝の検温と健康状態のチェックを！



マスクをきちんとつける。
可能な限り不織布マスクを！



のどが渇いていなくても水分補給を！
1時間ごとにコップ一杯の水分をとろう。



身体的な距離をとる。

できるだけ **2m** 距離をとろう。



積極的な空気の入れ替えをしよう！

常時 **2ヶ所以上** 窓を開けて換気しよう。

9月9日は救急の日 こんな時どうする!?



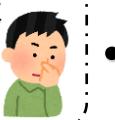
下の図の4種類のけがは、自分でどのような手当てができるでしょうか？
線で結んでみましょう！！ 答えは保健室に掲示してあります！

けがの種類



自分でできる応急手当

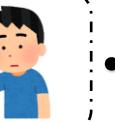
- 顔を下に向けて、親指と人差し指で5~10分押さえる



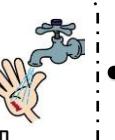
- ○ねんざしたところを冷やす
○包帯などで固定する
○心臓より高い位置でたもつ



- 水道の流水で、5~30分程度冷やし続ける。



- 傷口の汚れを水道水で良く洗い流す。
血が出ていたらハンカチ等を当てて止血。



病院に行く必要がある時

- ひどい痛みや腫れ
変形がある



- ○砂などの汚れが取れにくいとき
○出血が多い時



- いつまでも出血が止まらない時



- 冷やしても痛みが治まらず、水ぶくれができた時



保護者のみなさまにお願い



学校における新型コロナウイルス対策へのご理解とご協力、いつもありがとうございます。運動会が終わり、さらに勉強や運動を頑張る子どもたちへの感染予防のため、以下の点について今後もご協力よろしくお願いします。

- 登校前にご家庭での検温・風邪症状の有無等のチェックをお願いします。
その際、生徒に発熱や倦怠感、喉の違和感等の風邪症状があり、普段と体調が少しでも異なる場合、または同居する家族等に同じような症状等がある場合は自宅での休養をお願いします。(欠席扱いにはなりません)
- 生徒が感染した場合、生徒や家族等が濃厚接触者になった場合は、すぐに学校までご連絡いただきますよう、お願いします。
- 可能な限り、高い感染予防が期待される**不織布マスク**の着用へのご協力をお願いします。