

保健だより

R2.12.24
延岡中学校
保健室より

新型コロナウイルス感染症に対する注意！

- ① 新しい生活様式を意識して、三密を避けるように心がけましょう。
- ② 手洗い、うがい、マスク着用など基本的な感染予防に取り組みましょう。
- ③ 自分が感染しないようにするだけでなく、知らないうちに他人に感染させてしまうことがあることに注意しましょう。

例年と違う年末年始になりそうです。人が集まる場所に出かける機会を極力減らし、マスク着用をして予防に努めてください。

また、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ、風邪予防には、**自身の免疫力**も大事になってきます。冬休み中は、規則正しい生活を心がけて、風邪予防にも努めましょう。



正しいマスクの付け方を再度、確認しよう！

マスク着用している生徒をみると、鼻までおおえていなかったり、あごに付けたままの生徒がちらほら見かけます。

正しいマスクの着用の仕方を再度確認しましょう。



家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合の家庭での注意点

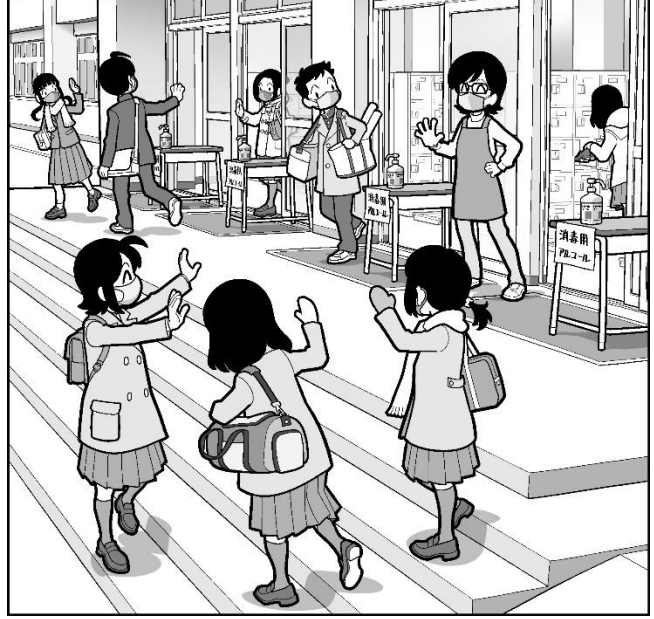
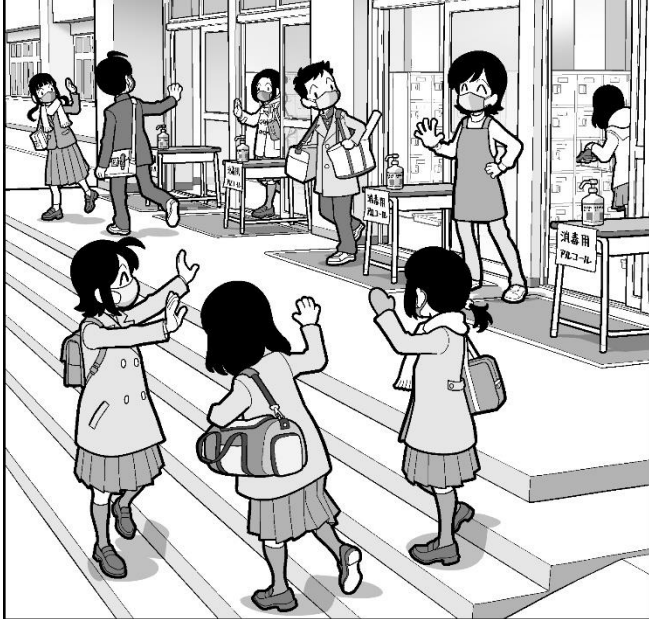
<p>他の家族と部屋を可能なかぎり分ける</p>	<p>できるだけ限られた人がお世話をする</p>	<p>できるだけ全員がマスクをつける</p>	<p>こまめに石けんで手洗いをする</p>
<p>部屋の換気をする</p>	<p>共用する部分(取っ手、ドアノブ等)を消毒する</p>	<p>体液で汚れたリネン、衣服を洗濯する</p>	<p>ゴミ(鼻をかんだティッシュなど)は密閉して捨てる</p>

参考:日本環境感染学会「新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合の家庭内での注意事項」、厚生労働省「新型コロナウイルスに関するQ&A(一般の方向け)」

↓うらは、まちがいさがしだよ♪↓

今年は大変な1年でした
来年も元気であいましょう

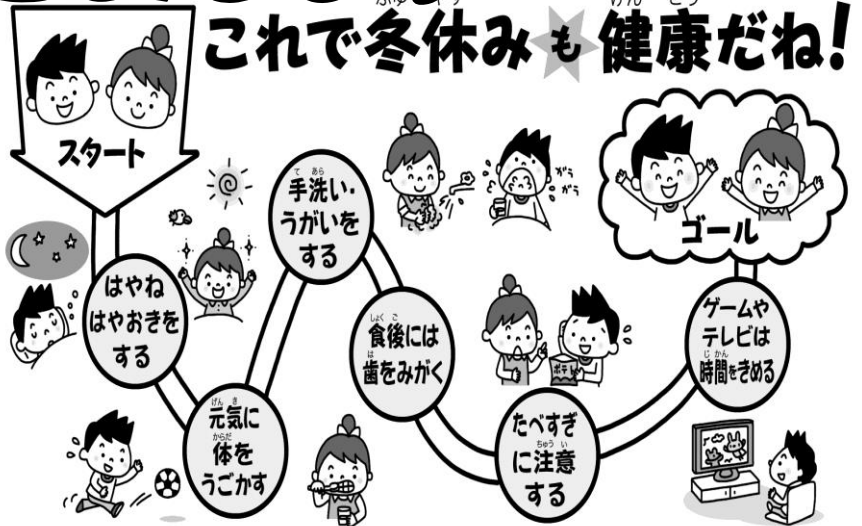
今年は大変な1年でした
来年も元気であいましょう



7こあるよ♪

これで冬休みも健康だね!

冬の風景



手洗い後…ぬれた手は?

OK / NG をおさらい

OK



清潔なタオルやハンカチでふく

NG



カーテンや衣服でふく

NG



水気を髪になじませる

NG



手を振って水気をきる

今年は大変な1年でした
来年も元気であいましょう

