

ほけんだより

しんがた
新型コロナウイルス
かんせんしょう はなし
感染症のお話です

No. 2

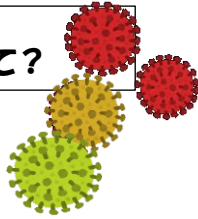
れいわ ねん がつようか
令和2年6月8日

あ み だ い ち し ょ う が っ こ う ほけんしつ
阿見第一小学校 保健室

★新型コロナウイルス感染症って？

コロナウイルスは、もともとかぜのウイルスとして知られています。

そのウイルスが変化して新しいかたちになったものが、「新型コロナウイルス」とよばれています。



★予防に大切なこと！



① しっかり
手を洗う



② マスク着用

③ 3つの密をさける

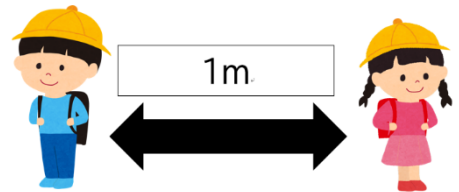


★感染しないために 私たちができること★

ウイルスに「うつらない・うつさない」ための思いやりの距離です。

3月に学校がお休みになってから、3ヶ月が過ぎました。少しずつ感染がおさまってきましたが、日本や世界中でウイルスがなくなったわけではありません。

まも
守ろう！1mはなれて



どんなに気をつけていても、新型コロナウイルスにかかってしまうことはあります。


大変だなと思うことばかりだけど、自分や家族、ともだちや大切な人を守るために、力を合わせてのりきりましょう。

休み中にお昼ごはんやお弁当を作ってくれたお家の人や、病院で患者さんのお世話をしている人たちにも感謝しましょう。

★石けんをつかって手をあらおう～みんな知っているとありますが、おさらいします。

★自分のハンカチを使いましょう。友だちに貸したり、借りたりないようにしましょう。

ていねいにきれいに手をあらいましょう。

① そでをまくる。 	② 水を出して手をぬらす。 	③ 石けんをつける。 	④ 手のひら 	⑤ 手のこう 
⑥ 指のあいだ 	⑦ 指先・つめ 	⑧ 親指 	⑨ 手くび 	⑩ 水で石けんをよくながす。 

きれいにあらってあるハンカチをもちあるこうね。✧✧

★手をあらうのは、どんなとき？

あさ、とうこうしたら  先生にあげよう。 ある歩いて来るとき、いろいろさわったりしてない？	トイレのあと  ぎらんとながそう。	校でいてあそび前後  ブランコとか てつぼうとか土とか
体育の前後  なわとびとかびごりとか	そうじの前後  ほこりがいっぱい	きゅうしょくのまえ  きょうは何かな？

そのほかにも、手がよごれたら、きれいに洗いましょう。

「**新型コロナウイルス**」に**負け**ないぞ。大**作戦**!! . . . 6月8日(月)から、学校生活が変わります。

① 家での生活・登校中

- 寝る前、朝起きたときに体温を測る。→「**検温カード**」に記入。
- 朝起きたら、**体調**を確認する。
 - ・かぜの症状(咳、鼻水)
 - ・熱はありませんか?
 - ・体のだるさや息苦しさはありませんか?



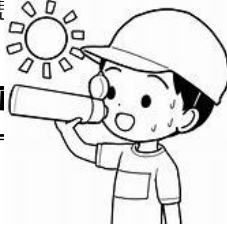
- 体調が悪い場合は、学校をお休みする。(欠席にはなりません。)

- **ハンカチ・ティッシュ・マスクの予備**は持ったかな?
(マスクには名前を書きましょう。)



- **マスク**をして家を出る。

気温が高く、マスクをしていて暑い場合には、**熱中症予防のため**、のをやめて**マスクはずし、水分**



② 登校したら(昇降口・教室)

<昇降口>

- 昇降口では密にならないようにする。
- 手の消毒。
- ※ マスクをわすれた人、熱をはかるのをわすれた人は、職員室前にいる先生に言いましょう。



<教室>

- **手を洗う。**
- **検温カード**の提出
- **ハンカチをポケットに入れる。**



③ 授業中

- みんなに聞こえるくらいの声の大きさで話す。
- 友達と近づきすぎない。
- できるだけ物はかりたりかしたりしない。



<なかよしタイム・昼休み>

- **外に出る前**に石けんで手を洗う。
- 遊具で遊んでも良い。
- 友達と近づきすぎない。
- **教室に入る前**に石けんで手を洗う。



④ 休み時間・トイレ

- 友達とはなれて会話をする。
- 全員手を洗う。(1mの目印に並ぶ。)
- 水分をとる。(熱中症予防)
- マスクははずさない。

<トイレ>

- 1mの間をあけて並ぶ。



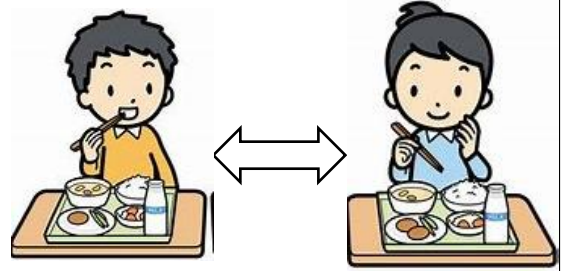
<図書室は?>

- **図書室に行く前**に石けんで手を洗う。
- 本の貸し出しあり。本は**教室**で読む。
(貸し出しは学級ごとに、日にちを決めます。)
- **教室に戻る前**に石けんで手を洗う。

⑥ **給食タイム・歯みがき**…学年ごとに少しちがいががあります。



- 授業が終わったら、順番にトイレ・石けんで手洗い・消毒をする。
- 間をあけて、しずかに並ぶ。
- 「いただきます」の後にマスクをはずす。
- 前向きで食事し、おしゃべりをしない。
- お替わりをするときは、先生に声をかける。
- ゴミは自分の物だけをまとめる。
- 「マスクをつけてください」でマスクをつけてから、「ごちそうさまでした」



＜歯みがき＞

- コップに少しだけ水を入れる。
- 机にテーブルクロスをしいたまま、口をなるべく閉じて、歯をみがく。
- うがいは1～2回。流しでは、飛び散らないようにうがいをする。



⑦ **そうじ** (当番)

- そうじの前に石けんで手を洗う。

＜教室＞

- ・ 机を横にずらしながら、床をほうきではく。

＜ろうか・階段・昇降口＞

- ・ ほうきではく。

- そうじが終わったら石けんで手を洗う。

ぞうきんは使いません。



ただいま～

⑧ **学校でぐあいが悪くなったら？ けがをしたら？**

＜具合が悪いとき＞

- 担任の先生に話す。
- 歩ける時は、自分で職員室に行く。

＜けがをしたとき＞

- 小さなけがは、教室で手当をする。
- 近くにいる先生に相談する。



⑨ **下校・帰ってから**

- 下校班は間をあけて一列で歩く。
- おしゃべりをしない。
- 家に着くまでマスクはする。

息苦しい場合には、熱中症予防のため、歩くのをやめてマスクをはずし、水分補給。

＜保護者の皆様へ＞ 「学校の新しい生活様式」(文部科学省)をもとに、学校での生活が再開されます。

- ・ 毎日検温をして「検温カード」に記入し、お子様に持たせてください。
- ・ マスクには名前を書いてください。また、予備のマスクをビニール袋に入れて持たせてください。
- ・ ハンカチは洋服のポケットに入れて持たせてください。
- ・ 体調が悪い場合には、学校に登校せず自宅で休養してください。
- ・ 学校で体調が悪くなった場合には、保護者の方に連絡をさせていただきます。

※ 家庭での協力をお願いします。