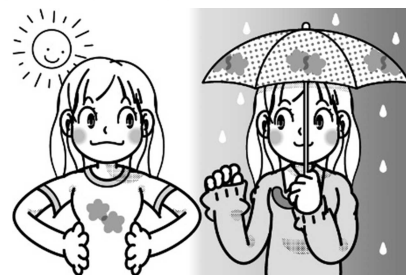




梅雨に入り、蒸し暑い日と涼しい日との気温差があります。気温差の大きい時期には、頭痛や腹痛で保健室へ来る人が多くなります。運動後に汗を拭くタオル、着替えの白いTシャツを持ってきたり、冷えるときには長袖ジャージをはおるなどして、体調を崩さないように気をつけて過ごしましょう。



「^{せいかつようしき}新しい生活様式」できていますか？

都道府県をまたいだ移動制限や飲食店の営業制限も19日に解除され、日常生活が戻りつつあります。しかし、東京都では連日、新型コロナウイルス感染者が報告され感染の可能性はゼロにはなりません。



「**3つの密**」を避ける、「**マスクの着用**」及び「**手洗いなどの手指衛生**」など基本的な感染対策を継続する「**新しい生活様式**」を取り入れ感染及び拡大のリスクを可能な限り低くしていくことが必要です。

七中でも学校再開後、感染対策を行いながら少しずつ通常の学校生活に戻っています。今後は清掃や少人数授業などで物を共用する機会が増えると思われます。今まで以上に「手で目・鼻・口を触らない」、「教室移動の前後、食事の前、トイレの後、物を共用する前後の手洗い」を意識して行ってください。

石けんやアルコール手指消毒薬の減り方を見ると、よく手洗いや消毒をしているのだと感じています。しかし、保健給食委員会で行ったハンカチ・ツメ点検ではハンカチ忘れが想像以上に多く、少し心配になりました。一人ひとりが自分にできることをしっかりと行い、感染及び拡大防止に協力しましょう。

	チェックポイント	○をつけよう	
1	毎朝、検温をして健康観察の結果を記入している	できている	できていない
2	毎日、清潔なマスクを着用して登校している	できている	できていない
3	毎日、学校にハンカチを持ってきたり	できている	できていない
4	登校後、教室移動の前後、食事の前、トイレの後、物を共用する前後の手洗いを行っている	できている	できていない
5	ハンカチの貸し借りや水筒の回し飲みなどの共用をしていない	できている	できていない
6	できるだけ密集にならないように気をつけ、会話をするときはマスクを着用するか相手と距離をとっている	できている	できていない
7	できるだけ目・鼻・口を触らないようにしている	できている	できていない
8	熱中症に気をつけ、こまめに水分補給をしている	できている	できていない
9	熱中症にならないように屋外で周りの人との間隔が十分に取れるときは、マスクを外して良いことを知っている ※1	知っている	知らなかった
10	外出や家で友達と遊ぶ時にも感染予防をしている	できている	できていない

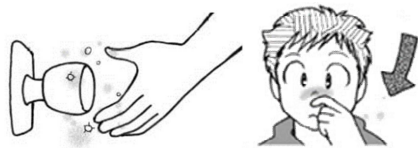
※1 暑さで息苦しいと感じたときは、マスクを外したり、一時的に片耳だけかけて呼吸するなどして熱中症を予防してください。

かんせんけいろ 感染経路を絶つ方法！！

新型コロナウイルス感染症は、一般的には飛沫感染、接触感染で感染します。閉鎖空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされています。感染経路を絶つためには、①手洗い ②咳エチケット ③消毒が大切です。



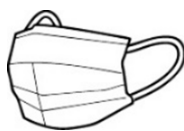
会話をするときはマスクをつけよう
5分間の会話は1回の咳と同じ



こまめに手洗いをして、目・鼻・口をできるだけ触らない



密閉空間
換気の悪い空間



密集場所
手に届く距離に多くの人がいる

密接場面
近距離での会話

換気を十分に行うことや、近距離での会話や発声等の際にマスクを使用することを併せて行うことより「3つの密」を避けます。

【参考】学校における新型コロナ感染症に関する衛生管理マニュアル「学校の新しい生活様式」(6.16Ver.2) 文部科学省

7・8月 健康診断のお知らせ

内科・歯科検診の日程が決まりました

日時		項目	対象者	服装・注意	
7月	7日(火)	9時まで	尿検査(2次) 2次検査対象者 1次検査を未提出の人	1時間目が始まる前に保健室へ提出する	
	9日(木)	9時まで	尿検査(2次追加) 7日に未提出の人	同上	
		午前	内科検診(1年)	1年生全員	体育着でも制服でも可
	10日(金)	午後	心臓検診	1年生全員 2・3年生該当者	体育着(半袖・短パン) 女子は長袖ジャージ持参
7月	30日(木)	午前	内科検診(2年・E組)	2年生・E組全員	体育着でも制服でも可
8月	4日(火)	午前	歯科検診	全校生徒	朝の歯みがきを必ずする
	6日(木)	午前	内科検診(3年)	3年生全員	体育着でも制服でも可

令和2年度の学校医検診(内科・歯科・眼科・耳鼻科)を7月～10月に実施することになりました。

