



「新型コロナウイルス感染」が増加しています。感染対策をしっかりと！！

- ※マスクの着用…感染防止効果の高い「不織布マスク」を奨励します。
- ※手指の消毒…こまめに石けんで手洗い・アルコール消毒
- ※教室の換気…常時、対角線上に校庭側と廊下側の窓を開けて空気の流れを作ってください。サーキュレーターの活用。
- ※食事の時の注意…「食べまわし・飲みまわし」はやめましょう。

## ※病院受診は済みましたか？…再検査や災害報告

- ① 学校検診の結果、専門医での受診が必要な人には夏休み前に『受診勧告書』を配布しましたが、その後病院へは行きましたか？  
特に視力（ピンク色用紙）低下は、頭痛や集中力低下に繋がります。ケガの予防や学習理解向上のためにも、専門医での診察をお願いします。  
また、歯科検診でむし歯や歯周疾患のあった人（みず色用紙）も早めに受診をお願いします。早めの受診は、通院日数や費用も少なく済みます。  
**受診が終わった人は「受診報告書」を保健室に提出！**
- ② 学校で『ケガ』や『熱中症』で病院を受診した場合は、『災害共済給付』が適用になります。手続きが必要な場合は保健室に来てください。  
注）医療費助成制度の対象となっている地域でも申請できます。



## ケガをしたらどうする？



皆さんはケガをした時、自分で応急手当ができますか？ 体育大会に向けて練習にも熱が入ると「ケガ」が多くなります。「ケガ」をした時に、適切な処置ができるように覚えておきましょう。

<p><b>Rest</b> 安静</p>	<p><b>Ice</b> 冷却</p>	<p><b>Compression</b> 圧迫</p>	<p><b>Elevation</b> 挙上</p>
---------------------------	--------------------------	----------------------------------	--------------------------------

※救急用「担架」は、保健室・体育館・武道館と生徒側校舎 2～4Fのホール〔レスキューボードベンチ(オレンジ色)〕に設置してありますので、活用してください。

## 搬送する時は…

<p>《擦り傷・切り傷》 →水道水で洗う 擦り傷や切り傷は、まず傷口を流水できれいに洗い流しましょう。</p>	<p>《打撲・突き指・捻挫》 →冷やして安静にする 無理に動かしたりせず、しっかり患部を冷やして、安静にしましょう。</p>	<p>《鼻出血》 →鼻をつまんで下を向く 鼻の柔らかい部分をつまみ、下を向いて止めましょう。冷やすと、より止まりやすくなります。</p>
---	--	--

※テーピングやサポーターが必要な人は各自で用意してください。

**「ケガ」や「熱中症」対策に、準備運動や水分補給(塩分)を忘れずに！！**

# 感染症を防ぐために もう一度、振り返りましょう！

## 感染症を予防する生活習慣

### 手洗い

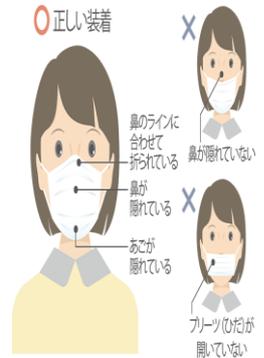
手洗いは感染症予防の基本中の基本です。石鹸によるこまめな手洗いが感染の機会を少なくします。



● 最も洗い残ししやすい部分  
● やや洗い残ししやすい部分

### 咳エチケット

咳やくしゃみをした時のしぶきにはウイルスが含まれています。マスクをすることで他人にうつさないようにしましょう。



### バランスの良い食事

たんぱく質・ビタミンが不足すると抵抗力がダウンし感染症にかかりやすく、病気の治りが遅くなるなどの影響を与えます。栄養のあるものを中心にバランスよく食べましょう。



### 休養

睡眠不足は免疫力低下に直結するので要注意！睡眠を十分にとりましょう。免疫の力は疲労の回復や、睡眠によって保たれます。



### 〇こまめな換気

換気をしない部屋の中ではウイルスが空気中に長時間とどまり感染しやすい環境になります。休み時間には必ず、対角線上の窓とドアを開けて教室の換気をしましょう。

### 保護者の皆様へお願い ～感染症対応について～

●登校する際は、体調の確認をお願いします。

感染防止の観点から、発熱や体調不良等がある場合は無理をせず、自宅で休養・病院受診をお願いします。（病院には事前に連絡を入れる） また、少し無理をして登校してきたけれど、体調不良のため授業を受けられず早退となる生徒もおります。その場合は必ず保護者の方に連絡を取りますので、再度、緊急連絡先や職場の連絡先をお子様と確認してください。体調が悪い場合は無理をせず、自宅で静養・受診するようにお願いいたします。

【出席停止関係について】報告書の提出が必要になります。必ず学校に連絡をして下さい。  
★新型コロナウイルス感染症…発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでを基準とする。

\*「発症した日」とは病院で診てもらった日ではなく、新型コロナウイルス感染症の症状が始まった日の事です。受診の時に主治医に症状等を伝え、出席停止期間を確認してください。なお、検査キットで反応が出た場合は、必ず病院に連絡をし主治医の診断を受けてから学校に連絡をして下さい。

「出席停止報告書」は保護者の方の記入で構いません。ただし、病院や薬局での領収書等を添付することが必要となりますので、なくさないようにして下さい。