

元気 やる気 陽気 9月号

茂木中学校保健だより

2学期が始まりました。自由な時間がたくさんあった夏休みから、学校モードへの切り替えが必要ですね。「なかなか学校モードに戻れない」という人に試して欲しいのは、朝起きたら太陽の光を浴びること。そして、朝ごはんを食べること。生活リズムを整えて、体調を万全に整えましょう！

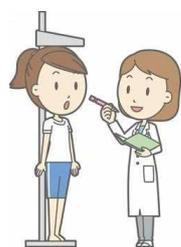
9月の学校保健・安全目標

【保健】体力の向上に努めよう！

【安全】ケガの防止に努めよう！

2学期身体計測の実施について

9月に身体計測を実施する予定ですが、新型コロナウイルス感染症の状況によって学校行事の日程等変更の可能性がありますので、詳しい日程については、後日お知らせいたします。



新型コロナウイルス緊急事態宣言発令中 (9月12日まで)

★県民に対する協力要請(栃木県ホームページより)★

○外出自粛 特に20時以降の不要不急の外出を自粛してください

※混雑している時間や場所を避けること

※医療機関への通院、食料・医薬品・生活必需品の買い出し、必要な職場への出勤、屋外での運動や散歩など、生活や健康の維持のために必要な場合は除く

※外出する場合も極力家族や普段行動をともにしている人と少人数で

(特に飲食の際は)

- ・感染防止策が徹底されていない飲食店等や休業要請又は営業時間短縮の要請に応じしていない飲食店等の利用を厳に控えてください。
- ・5人以上の飲食・飲酒やパーティー及びこれに類するものについては自粛してください。
- ・4人以下であっても、普段合わない人との長時間又は酒類を伴う飲食は飲食は慎重に判断してください。



☆ 新型コロナウイルス感染症対策について

あらためて家庭にお願いしたいこと ☆

①健康状態の確認について

感染症対策で最も重要なことは、「感染源を絶つこと」です。そのためには、登校前の健康観察を徹底し、発熱等の症状がある場合には登校しないことを徹底することが必要です。

学校では、登校後一人一人に検温結果を聞いていますので、登校前に必ず体温を測り、検温結果やかぜ症状の有無を「健康観察シート」に記録してください。
健康観察シートは、毎週金曜日に学級担任に提出してください。

学校は集団生活の場ですので、発熱や体調不良が認められた場合は、家庭に連絡し、早退となります。御理解と御協力をよろしく願いたします。



②こまめな手洗いについて

新型コロナウイルス感染症に限らず、感染症予防の基本は“こまめな手洗い”です！

学校では、こまめな手洗いと給食前の手指のアルコール消毒を実施しています。

登校時、外から教室に入る時、トイレの後、給食（食事）の前後、清掃後、多くの人が触れる場所や共用の教材等に触れる前後に手を洗う習慣を付けられるよう、家庭でも御指導ください。

また、手を拭くタオルやハンカチ等を忘れず持ってくるように、お子様への声かけをよろしく願いたします。

③マスクの着用について

学校は、近距離での会話や発声等が必要な場面があります。また、休み時間等友人と向かい合って会話する姿も多く見られます。そのような環境のため、常時マスクの着用をお願いします。

熱中症などの健康被害が発生する恐れがある場合は、マスクを外したり、一時的に片耳だけにかけて呼吸したりするなど、各自で判断し、適切に対応できるよう、家庭でも御指導ください。



④スクールバスの利用について

登校前の健康観察で発熱や強いだるさ等が認められた場合は、スクールバスの利用は控えるようにしてください。登校も無理はせず、自宅で休養してください。

また、乗車前後には、出入口に設置してあるアルコール消毒液で手指の消毒をするよう、お子様への声かけをよろしく願いたします。

《保護者の皆様へ》

全国的に新型コロナウイルス感染者数が増加しており、若い世代での感染者の増加が顕著となっております。日常生活への制限に窮屈さを感じることもありますが、できないことに着目するのではなく、この環境の中でできることに目を向け、お子様たちが明るく、前向きに生活できるような言葉かけを、ぜひよろしく願いたします。

