

ほけんだよい

感染予防 特別号



令和3年4月 仙台市立長町中学校 保健室

入学・進級おめでとうございます。新しい学年になり、新生活に慣れるまで不安なことも多いかもしれませんが、生徒のみなさんが安心して元気に過ごすことができるよう保健室からお手伝いしていきたいと思います。

さて、県内の新型コロナウイルスの感染はいまだ収束することなく、大変厳しい状況にあります。長町中学校では、昨年度に引き続き新型コロナウイルス感染症の感染予防対策として、健康観察の強化、手洗い・換気の励行、清掃・消毒活動等、様々な対策を実施していく予定です。感染予防について、各クラスでしっかりと確認をし、一人一人が意識して学校生活を送ることができるようにしましょう。

学校生活 ~1日の流れ~

1. 登校時

- 登校前に、自宅で体温測定をし、「**体温記録カード**」に体温を記録します。
→発熱がある(37.5℃以上、あるいは平熱より高い)場合は、無理に登校せず、自宅の様子をみましょう。
- 登校後、**各昇降口**で「体温記録カード」を先生に確認してもらいます。
→昨年度、カード忘れの生徒が多くみられました。毎日忘れず持参しましょう。
- 教室に入る前に、各フロアの水道で石けんを使用して手洗いをします。

2. 授業中

- 授業中は、**常時窓とドアを4ヵ所開け**、換気を行います。
- 共有物を使用する場合は、使用前後に石けんを使用して手洗いをします。
- 体育授業後や外での活動後は、石けんを使用して手洗いをします。

3. 休み時間

- 授業終了後、窓とドア、カーテンを**全開にして換気**を行います。
- トイレ使用後は、石けんを使用して手洗いをします。
- ソーシャルディスタンス(**友達との距離等**)を**意識して**過ごします。

4. 給食時間

- 石けんを使用して手を洗ってから、給食の準備を始めます。
- 配膳や下膳の時には、密にならないよう列を乱さず移動します。
- 一方向を向いて、話をせずに給食を食べます。
- 食べ終わったらマスクをします。

5. 清掃時間

- 机や棚の上を、**マイペットを使って拭き掃除**をします。
- 1日1回、教室のドアノブ、スイッチ等を**担任の先生がアルコール消毒**をします。
- ごみは毎日捨て、ごみ箱に新しいごみ袋をセットします。

6. 部活動

- 活動前**チェックリスト**で体調を確認し、**顧問の先生に提出**します。
- マスクを外した時には、友達との距離をとり、**密集を避け、大声を出さない**ようにします。
- 弁当を食べる際は**密集を避け、話をせずに飲食**すること。
- 活動終了後に石けんを使用して手を洗います。

手洗いについて

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

★手洗いのタイミング

外から教室へ
戻るとき



咳やくしゃみ、
鼻をかんだとき



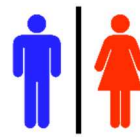
給食の前後



掃除の後



トイレの後



共有のものを
触ったとき



体育の授業後、部活動後も該当します。

授業における**実験や作業**などで使用する物や**部活動で使用するものを触った後**は、必ず石けんで手洗いすることを意識しましょう。

・毎日清潔なハンカチを持参しましょう。

また、ジャージに着替えた際にはハンカチも入れかえ、常に持ち歩くようにしましょう。

換気について

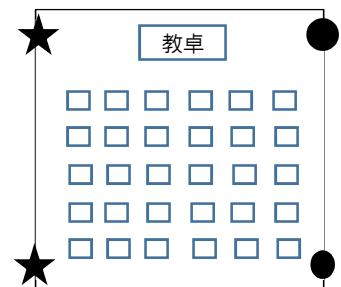
①教室・特別教室の換気

教室は、常に対角線上に4か所の窓を開けておきます。

このとき、窓の1/3程度開けるようにしましょう。

休み時間には窓とカーテン、ドアを全開にして換気をしましょう。

※雨や風が強くて天気が悪い日や気温が低い日には、常時開けておく窓の幅をせばめてください。



〈常時開けておく4ヵ所〉

- ★:校庭側の窓を1/3程度開ける
- :廊下側のドアを1/3程度開ける

②廊下の換気

常時、窓を1/3程度開けておき換気をします。

また、設置されてある扇風機を一方向へむけて作動させ、廊下の空気を循環させます。