

ほけんだより

令和3年1月8日
厚木市立小鮎中学校
保健室 NO.13



明けましておめでとうございます。新しい年 2021 年を迎え、学校では3学期がスタートしました。3学期は短い学期ですが、次の進学・進級に繋げる大事な学期です。一人一人が目標と希望を持って、新しい一歩を踏み出してほしいと思います。

しかし、世の中の状況は、新型コロナウイルス感染拡大が止むことなく、**本日1月8日から2月7日までの予定で緊急事態宣言が、神奈川・東京・千葉・埼玉に出されました。**

今、私たちにできることは、自分自身の感染予防です。一人一人が本気でやるのが、何より有効な方法です。感染予防について、もう一度確認しましょう。

重要

次の事を、友達や家族みんなで確認してください。

(1) 感染を広げないための予防について

- ①発熱等の風邪症状がある場合は、自宅で休養する。(出席停止扱い)
 - ・発熱の場合や風邪症状が続く場合は、病院にかかる。まずは電話で相談しよう。
- ②同居の家族に発熱等の風邪症状がある場合は自宅待機する。(出席停止扱い)
- ③朝の検温、健康観察を必ず行い、健康観察カードに記入する。保護者が確認する。学校がある日だけでなく、毎日の習慣にする。外出前には必ず検温する。

(2) 一人一人が感染しないための予防について

- ①マスクは原則常時着用する。
- ②石けんでの手洗い、もしくはアルコール消毒をこまめに行う。
- ③ハンカチは持ち歩く。
- ④不要不急の外出は控える。



(3) 集団感染を防ぐための予防について (密閉・密集・密接 = 3密を作らない。)

- ①換気をして空気の流れを作る。
- ②できるだけ多人数で集まらない。
- ③ソーシャルディスタンスを意識する。(人との間隔はできるだけ2m~最低1m)
- ④至近距離や大声での会話は控える。

(4) 自分や大切な人の心のケアを忘れずに

- 不安や心配なことがあったら、人に話そう。
- 体調の悪い人、感染した人や治療にあたっている人たちへの差別偏見をしない。「この感染症は誰もが感染し得るものである」ということを、もう一度みんなでも共有しよう。



(5) その他連絡

●部活動について (厚木市として)

他校と実施する練習試合や合同練習などは、緊急事態宣言が解除されるまでの間、中止となります。公式な大会の開催については、大会主催者の指示に従います。