

ほけんだより 4月号

令和2年4月8日（水）
御船町立滝尾小学校
保健室 上古閑



はじめまして。今年度から滝尾小学校でお世話になります、
上古閑 未吏です。以前は甲佐中学校に勤務していました。早く
みなさんの顔と名前を覚えて、色々な話ができればいいなと思っ
ています。みなさんの心と体の健康をサポートしていきますの
で、1年間よろしくお願いします。



からだ ぐあい とき
体の具合がわるい時

こんなとき
ほけんしつへ
きてください



ふあん とき
不安なことがある時



けがをしたとき
ケガをした時



からだ しら とき
体のことを調べたい時



健康診断が始まります。今のところ、健康診断
の4月の日程はこのようなになっています。状 況
により変更となる場合には、またお知らせいたし
ます。

- 4月14日（火）体位測定、視力・聴力検査
- 16日（木）ぎょう虫検査1回目
- 17日（金）ぎょう虫検査2回目・提出
- 22日（水）眼科検診
- 23日（木）尿検査
- 24日（金）尿検査予備日
- 27日（月）心臓検診（1・4年生）

5月の健診については、また追ってお知らせいた
します。

「災害共済給付制度」について

学校の管理下における、児童の負傷[骨折、打撲、やけどなど]、疾病[熱中症、漆等による皮膚炎など]に対する医療費、障害又は死亡が給付の対象となります。

学校管理下での負傷等は、「子ども医療費助成」のカードは用いず、保険証を用いて窓口支払いをお願いします。手出し1500円以上が対象となります。

何かありましたらご相談ください。



しんがた 新型コロナウイルス感染症について

きょう がっこう さいかい ふうあん きもち も ほごしや かた おもいます がっこう
 今日から学校が再開しました。不安な気持ちをお持ちの保護者の方もいらっしゃるかと思います。学校で
 もできるかぎりの対策を行いますので、ご家庭でも同様の対策にご協力よろしくお願いします。

かんせんよぼうたいさく ○感染予防対策について

*マスクの着用、咳エチケット、手洗いうがいの徹底をする。

!

感染症対策

へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の
 基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む
 咳エチケット」です。

①手洗い 正しい手の洗い方

・爪は強く切っておきましょう ・指先や指端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 手の甲をのばすようにこすります。

3 指先・爪の間を念入りこすりこみます。

4 手の間を洗います。

5 親指と手のひらをねじり洗います。

6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

マスクを着用する (口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用

1 鼻と口の両方を確実に覆う

2 ゴムひもを耳にかける

3 顔が触れないよう鼻まで覆う

× 何もしずに咳やくしゃみをする

× 咳やくしゃみを手でおさえる

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省

詳しい情報はこちら

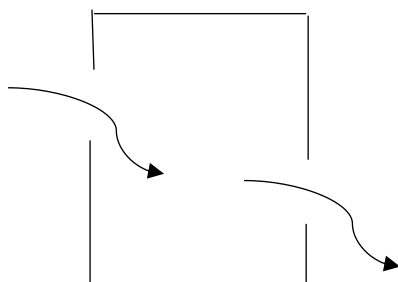
厚労省

検索

* 出典「首相官邸ホームページ」より

* 1 時間に 1 回以上換気を行う。

かんき たいかくせんじょう まど あ かんき おこな ふうき とお みち こうかてき かんき おこな
 換気をするときは、対角線上の窓を開けて換気を行うと空気の通り道ができるため、効果的に換気を行うことができます。



じゅうぶん すいみん てきど うんどう しょうじ きそくただ せいかつしゅうかん
＊十分な睡眠、適度な運動、バランスのよい食事など規則正しい生活習慣をする。



かてい けんおん かぜしょうじょう かくにん てってい はつねつ みかく きゅうかく いじょうとう しょうじょうなど ばあい
＊家庭での検温や風邪症状の確認を徹底し、発熱や味覚、嗅覚の異常等の症状等がみられる場合は、無理をせず家でゆっくり休む。

まいあさたいおん はか がっこう はいふ けんおん きにゅう がっこう ていしゅつ
＊毎朝体温を測ったら、学校から配付している検温カードに記入をし、学校へ提出をする。

しんがた かんせんしょう しゅっせきていしあつか
新型コロナウイルス感染症は出席停止扱いとなります。以下、基準と期間についてです。

○出席停止の基準について

- (1) 児童生徒等の感染が判明した場合
- (2) 児童生徒等が感染者の濃厚接触者に特定された場合
- (3) 児童生徒等に発熱等の風邪症状がみられる場合
- (4) 児童生徒等に味覚・嗅覚障がい等の新型コロナウイルス感染症が疑われる症状がみられる場合
- (5) その他、校長が出席停止を必要と認める場合

○出席停止の期間

- (1) 上記の(1)に該当する児童生徒等については、治癒するまで
- (2) 上記の(2)に該当する児童生徒等については、感染者と最後に濃厚接触をした日から起算して2週間
- (3) 上記の(3)(4)に該当する児童生徒等については、症状がみられなくなるまで
- (4) 上記の(5)に該当する児童生徒等については、校長が必要と認める機関

出席停止の基準や期間については、上記のようになります。(熊本県教育委員会通知より)

また、児童生徒等が新型コロナウイルス感染症の感染が判明した場合及び濃厚接触者に特定された場合には、必ず学校へご連絡をお願いします。

もし、以下の症状がみられた場合には、医療機関ではなく、帰国者接触者相談センターに連絡・相談されてください。

- ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。

帰国者接触者相談センター 御船保健所(096-282-0016)

○マスクの作り方について

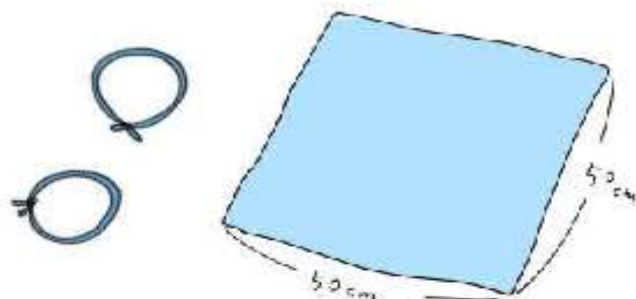
新型コロナウイルス感染症の影響で、マスクが手に入りにくい状況があります。様々なインターネットサイトで、ハンカチで作るマスクの作成方法について引用したものを載せておりますので、参考にいただければと思います。

*出典「Yahoo!ニュース」より

折りたたんでゴムを通すだけのマスクの作り方

<材料>

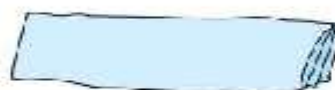
- ・大判のハンカチ
(50cm×50cm)
- ・ゴム×2
(タイツや靴下の輪切りでも
代用可能)



① 2つ折りにする



② 4つ折りにする



③ 8つ折りにする



④ ゴムを通す



⑤ 一方の端を他方にはさみこむ



*上下に布をずらして広げる



イラスト：sayako さん

そのほかにも、文部科学省のYouTubeや中国新聞デジタルに手作りマスクの作成方法について、動画が掲載されています。そちらもぜひご参考にされてください。保護者の方と協力しながら、感染予防に努めていきます。

