

ひだまり

甘楽中保健だより

No. 2

お家の人にも見せましょう。

お元気ですか？

休校になって、2週間が経ちました。

退屈だったり、不安だったり、「新学年になったんだからガンバろう！」とやる気満々だったり、いろいろな気持ちで過ごしていることと思います。

今回は、学校再開に向けて、この休校中にみなさんにしっかりと身につけておいてほしいことをお伝えします。

安心安全な学校環境で再開できるように、先生方は一生懸命考え工夫し準備していますが、学校は集団生活の場ですから、感染のリスクは必ずあります。

しかし、みなさん一人一人が感染予防の意識を高くし行動することで、感染のリスクを下げることができます。



身につけておいてほしいこと
その1

顔を触らない (口・鼻・目)

人は無意識のうちに顔を触って、口や鼻・目に触れています。自然すぎて、意識しないと気がつかないほど…。

もしも、その時、手にウイルスがついていたら、

そこからウイルスは体の中に侵入してしまいます。



頬杖をつくなども

どうも～
ウイルスです♪
ご招待ありがとうございます
ございま～す



口や鼻は、
ウイルスが
体の中へ
入るための玄関

ウイルスです♪
ただいま到着しました。
おじゃましま～す。

身につけておいてほしいこと
その2

1m以上離れるという 感覚 (人と人の間)

おしゃべりをするだけでも、つば(飛沫)は、1m飛びます。咳をすると3m。くしゃみをすると5m飛ぶと言われています。

もしも、その飛沫の中にウイルスがいたら、直接吸い込んだり、手についたりして、ウイルスは体の中に侵入してきてしまいます。



離れて!



ソーシャルディスタンス

表の2つの課題は、簡単そうで実は結構難しい。
この2つを手助けしてくれるのが…



*これらもとても大事！身につけておいてほしいこと「その3」です。

5/7(木)は、身体測定&視力検査をします！！

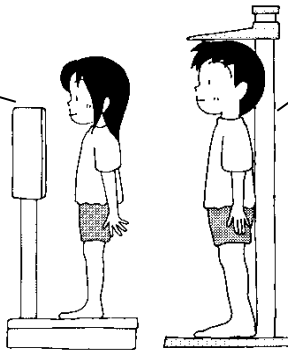


メガネ等使用している人は、
忘れずに持ってきてね。

身体測定時の
髪型注意！！

★身体測定のポイント

- ①はかりの中央に静かにのる。
- ②数値を読む。



- ①両かかとをそろえる
- ②かかと・背中・おしりの3箇所を、身長計の柱につける。
- ③両手は自然にたらす。
- ④まっすぐ前を見て、あごをひく(目と耳の穴の位置が水平)



★視力検査のポイント

- ①右→左の順で検査する。
- ②手を軽くグーにして、目をかくします。
- ③眼鏡やコンタクトをしている人は、そのままはかります。



みえないときは…

みえません。
わかりません。

と、はっきり伝えよう。



★身体測定・視力検査の道順★

体重(保健室) → 身長(1階東多目的ホール) → 視力(2階多目的室)