



# 保健だより

## 4月



鹿嶋市立平井中学校 令和2年4月6日発行 No.1

**保健目標：健康診断をきちんと受けよう**  
**安全目標：登下校の安全について意識を高めよう**

### ご入学・ご進級おめでとうございます！

新型コロナウイルス感染症拡大により、様々な不安なかでの新年度のスタートになりました。みなさんの元気な姿と笑顔のために、平井中学校では、学校生活再開ガイドラインをもとに、以下の事を徹底していきます。ご家庭におきましても、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

#### 保健管理について

##### 1 健康観察カードの提出

##### 【検温及び風邪症状の確認】

- ◆未提出や印漏れの場合 → 保健室で検温及び風邪症状の確認
- ◆風邪症状等があつて登校した場合 → 保護者に連絡し早退



##### 2 ていねいな手洗い（トイレ後・給食前・部活動前後）や咳エチケットの徹底

◆ハンカチ等の貸し借りはしない。

##### 3 手指消毒は朝登校後、校舎外活動後に校舎内に入る前、給食前に必ず実施する。

##### 4 給食当番の人は、清潔な白衣を着用する。体調が悪い場合には当番を交代する。

◆給食は、前向き給食、隣席と離す。

##### 5 抵抗力を高めるため、基本的な生活習慣を守り生活する。

- ① バランスのとれた食事をする。
- ② 睡眠をしっかりとる。【夜更かしをしない。】
- ③ 適度な運動をする。



#### 環境衛生について

##### 1 毎授業後に教室の換気をする。【対角線上が効率的】

##### 2 教室の消毒（担任又は養護教諭）

◆毎日放課後、教室内のドア取っ手・スイッチ、トイレレバーを消毒液（次亜塩素酸ナトリウム水）で拭く。

##### 3 昇降口、職員玄関（職員、来校者用）に消毒液を置き、使用に関する注意喚起を掲示する。

##### 4 給湯室や給食配膳室等の共用タオルを廃止し、各自が手の衛生に徹する旨の掲示をする。



### 提出日をしっかり チェックしておきましょう！

- 保健調査票 4月10日（金）
- 尿検査 4月16日（木）
- 心電図検査（1年生）月 日（ ）

忘れないで  
くださいね！



色々と落ち着かない中でのスタートです。体はもちろん、心のケアにも十分な対応をしていきます。よろしくお願いいたします

1年生のみなさん  
はじめまして。

保健室の佐藤裕季子です。

皆さんが毎日元気に  
楽しい学校生活を送れる  
ように、お手伝いさせて  
いただきます。

