

# ほっけんだより1月号

コロナ特別号



2021. 1. 14 立花中学校保健室

## 緊急事態宣言中の学校生活

交通事故や家族がバタッと倒れ、「病院にいかなきゃ!!」「救急車を呼ばないと!!」と言う時に、救急車も来ない、病院でも診てもらえないのは本当に恐ろしいことだよね。このような「ケガや病気をすぐにお医者さんに診てもらえない状況」＝「医療崩壊」がおこらないようにするために、緊急事態宣言が出ています。今回の緊急事態宣言では学校はお休みにはなりません、コロナ対策はもちろん、ケガにもいつも以上に気をつけて、学校生活を送らなければなりません。

### 1 体育・部活動中もマスクをつけましょう。

今までは熱中症のリスクがあったため、屋外での運動中はマスクをはずしてOKでしたが、現在は熱中症よりも新型コロナウイルスにかかる可能性の方が高くなっています。走り込みなどの激しい運動時以外はなるべくマスクをつけましょう。



### 2 学校で体調が悪くなった場合は早退となります。

保健室内での感染を防ぐため、発熱や風邪症状がみられる場合は早退とします。「朝からしんどかったんです…」と1時間目から保健室に来る人もいますので、お家の方と相談して無理して登校しないようにしましょう。

### 3 教室や下駄箱付近のアルコール消毒、つけてね。

水がつめた〜〜〜いので手洗いの頻度が減っていませんか？本当はこまめに手洗いしてほしいですが、「寒い！冷たい！」という気持ちもよくわかります。アルコール消毒では死なないウイルスもいるため、トイレ後・ご飯前は手洗いをしなくてははいけませんが、登校後や移動教室の後などは気軽に使えるアルコール消毒も有効活用しましょう！！

### 4 しっかり防寒しましょう！！！！

「制服の下に温かい下着を何枚も着る」「靴下2枚重ね」「カイロをはる」「膝掛けを使う」「温かいお茶を持ってくる」などなど、学校で許可されている防寒対策をしっかりしましょう！！（女子は肌色のストッキングなら着用OK！ズボンやスカートの中など外から見えない部分は温かいスパッツなどを履き、冷えないようにしましょう。）



一緒に住む家族にも呼びかけよう！！！！

一緒に住む家族がコロナにかかってしまうと、皆さんがコロナにかかっていなくても1～2週間学校を休まなければいけない場合もあります。「学校いけなくなるから気をつけてや〜!」「帰ったらすぐ手洗いうがいせな!!」とおうちの人にも呼びかけられるといいね。