

# ほけんだより9月

宮城県立石巻支援学校 保健室  
令和4年9月1日  
裏面も御覧ください。

夏休みが終わり、再び学校生活が始まりました。新型コロナウイルスによる感染拡大が続く、石巻市でも3桁の感染者が連日のように見られます。心配な日が続いていますが、学校でも感染対策をしっかりと行い、子供たちが元気に学校生活を送れるようにしていきたいと思います。

9月は、校外学習や宿泊学習など楽しい行事が控えています。楽しく元気に過ごせるように夏休みモードから切り替えて、「早寝・早起き・朝ごはん」で、いつも以上に体調に気を配りましょう。



## 引き続き、コロナ対策をお願いします！

登校する前に、お子さんの健康観察と検温をお願いします。

- (1) 発熱等のかぜ症状が見られる場合には、登校を控えてください。
- (2) 同居家族においても、発熱等のかぜ症状が見られる場合には、登校を控えてください。

※(1), (2)の場合は、欠席扱いとはなりません。

- (3) 登校後に平熱より熱が高い場合や37.5℃以上の発熱が見られた場合は早退となります。御家庭に連絡しますので、早急にお迎えをお願いします。

### 「風邪症状」がないかチェックしましょう

- |                                    |                                    |
|------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 発熱や微熱がある  | <input type="checkbox"/> 体の関節が痛い   |
| <input type="checkbox"/> 鼻水が出る     | <input type="checkbox"/> 吐き気や嘔吐がある |
| <input type="checkbox"/> 咳やくしゃみが出る | <input type="checkbox"/> 腹痛や下痢がある  |
| <input type="checkbox"/> のどが痛い     |                                    |



感染拡大防止のため、より  
飛沫防止効果が高い  
不織布マスクの着用を  
お願いいたします。



### お知らせ

学校で保管している災害時薬は、10月に交換時期となります。御準備をよろしくお願いいたします。

## 感染対策には「換気」が重要です！

新型コロナウイルスのオミクロン株は感染のスピードが早く、マスクを着用していても、換気の悪い場所でのエアロゾルによる感染が確認されています。これを防ぐためには効果的な換気が重要です。エアロゾルは飛沫より小さい粒子で、しばらくの間空气中を漂い、2メートル以上の離れた距離にまで感染が広がる可能性があります。

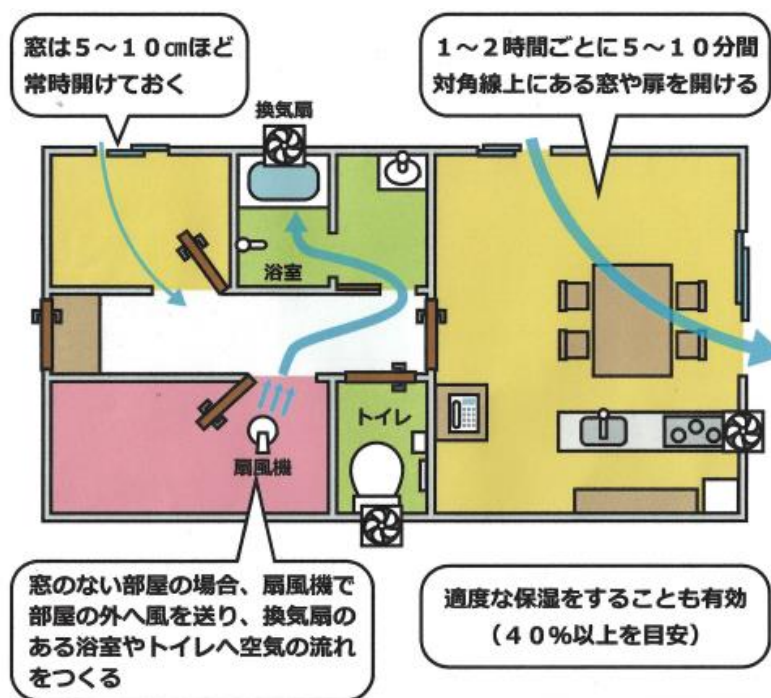


かんきをしよう

### ★ポイント★

- ① 窓とドアなど2か所を開け、空気の流れを作りましょう。
- ② 扇風機や換気扇を併せて使い、こもった空気を外に出しましょう。
- ③ 換気中・換気後はエアコンを活用して室内の温度を調整しましょう。

※エアコン使用中も定期的に換気しましょう。また、室内に設置してある「レンジフード」を利用した換気も有効です。レンジフードは吸い込む風量が大きいため窓開け換気と併せて行うことで効果的に換気できます。



引用：<https://www.city.taito.lg.jp/kusei/info/corona/hokenjo/20220712.html>

## 9月9日は救急の日

自分で行える

## 手当でのキホーン



傷口についた砂や汚れを  
洗い流す



ビニール袋に入れた  
氷などで冷やす



清潔なハンカチなどで  
傷口をおさえる