

# ほけんだより

2021/08/30  
みなみひつ さしょうがっこう  
南比都佐小学校  
ほけんしつ  
保健室

## うち かた たいせつ し お家の方へ大切なお知らせ

しんがた かんせんしやうたいさく  
新型コロナウイルス感染症対策について～レベル3～

せんしゅう がっき はし なつやす たの す  
先週から2学期が始まっています。夏休みは、楽しく過ごせましたか？2  
がっき がっき おな たの がっこうせいかつ おく ほ なつやす  
学期も1学期と同じように楽しく学校生活を送って欲しいのですが、夏休み  
ちゅう しんがた かんせんしやう きゅうげき かんせんかくだい しがけん  
中からの新型コロナウイルス感染症の急激な感染拡大によって滋賀県で  
きんきゅうじたいせんげん だ ちいき かんせん  
は「緊急事態宣言」が出されたり、地域の感染レベルが「レベル3」にあげら  
れられました。みなみひつ さしょうがっこう じぶん よほう  
れました。南比都佐小学校でも自分たちができる予防をしていきましょう！

がつ にち しがけん きんきゅうじたいせんげん はつれい ちいきかんせん  
8月27日に滋賀県に「緊急事態宣言」が発令され、地域感染レベルも  
「レベル3」に引き上げられました。今までも感染症対策を行ってきました  
したが、より感染症対策を強化していく必要があります。保護者の皆様  
のご理解とご協力をよろしくお願いします。

### じぶん ひと まも ✿自分もまわりの人も守るために✿

けんこうかんさつひょう  
【健康観察票について】  
まいあさよる けんおん けんこうかんさつひょう きにゆう ひ つづ  
毎朝夜の検温と健康観察票のご記入ありがとうございます。引き続き  
きをお願いします。観察欄の「あり」に○がつく場合は、無理をせずお家で  
きゅうよう ねが どうきよ かぞく はつねつ かせしやうじやう ばあい どう  
休養をお願いします。同居の家族に発熱や風邪症状がある場合も同  
様お家での休養をお願いします。

また、未記入や用紙の忘れ、記入漏れがある場合は保護者の方に連絡させていただきます。

そうだい  
【早退について】  
とうこうこ はつねつ かせしやうじやう ばあい むか れんらく  
登校後、発熱や風邪症状がみられる場合はお迎えの連絡をさせていた  
だきます。(兄弟がおられる場合は一緒に早退していただく場合があります)

むか き さい げんかん し  
お迎えに来ていただいた際は、玄関のインターホンでお知らせいただき、  
げんかんまえ しゃない たいき  
玄関前または車内で待機をおねがいします。

ふっかぶつせんこう  
【フッ化物洗口について】  
まいしゅうげつようび おこな かんせんかくだいほうし きんきゅうじたい  
毎週月曜日に行っていましたが、感染拡大防止のため、緊急事態  
せんげん きかん ちゅうし  
宣言の発令されている期間(8/27～9/12)は中止させていただきます。

よび  
【マスクの予備について】  
すでにマスクの着用をしていただいておりますが、学校生活の中では、  
マスクを汚したり、忘れたり、無くしたりしてしまう場合があります。予備  
のマスクをリュックに入れておいてください。

### てあら ① 手洗い・うがいをしっかりする！

30秒を目安に石けんでしっかり手をあらいましょう。手の平、手の甲、  
つめ ゆび あいだ おやゆび てくび ぼしよ のこ めぎ  
爪、指の間、親指、手首の6つの場所のあたりを洗い残しゼロを目指そう！  
とうこうこ なかやす ひるやす あと きゅうしよく まえ そうじ あと たいいく あと  
登校後、中休み・昼休みの後、給食の前、掃除の後、体育の後、トイ  
あと て せつ  
シの後に手を石けんであらいましょう。



### かんき ② 換気をする！

「むんむん」状態を作らないように、部屋の窓やドアを開けて、換気をしましょう。

### ③ マスクをする！

マスクは必ずつけましょう。マスクをつけることで、自分だけでなく周りのお友だちや家族、先生方など大切な人たちを守ることに繋がります。



### むり ④ 無理をしない！

たいちやう  
体調がよくないな、と思ったら無理をせず、担任の先生に話しましょう。

# そのマスクのつけかた大丈夫??



くち  
口はかくれているけ  
はなで  
鼻が出ているよ!  
ここからはい  
入ることができるよ!

あごにつけているだ  
けで、鼻も口も出  
ているよ!  
でい かんたん  
出入りが簡単にでき  
ちゃう!

マスクはつけている  
れけど、すきまがた  
くさん! 僕たちはと  
ても小さいから、す  
きまからかんたんはい  
入るよ!

## ただ マスクは正しくつけましょう!

### 手洗い vs コロナウイルス 勝つのは手洗い!

コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。でも、くっく物によって24~72時間くらい、感染する力を持っています。この間にウイルスを触ると、手についたウイルスが体の中に入ってくる危険が...!

そこで、手洗い。

- ① 流水で洗うと、ウイルスは流れていきます。
- ② 石けんの手洗いは、コロナウイルスの表面の膜を壊して感染する力を失わせるので、もっと効果的。

指先、指の間、手首、手のしわ  
など、ウイルスが残りやすい  
ところを念入りに洗えば、  
手洗いの完全勝利!

# ☆☆手をあらいましょう☆☆

1		手のひらをあわせてよくこすって 洗いましょう。
2		手の甲を手のひらでよく洗いま しょう。 洗う時は指をのばしましょう。
3		指先やつめの間も手のひらでこ すってていねいに洗いましょう。
4		指と指の間を洗いましょう。
5		親指をもう一方の手でにぎって ねじるようにして洗いましょう。
6		手首まで忘れずに洗いましょう。

## 基本は、病気に負けない体づくり!!

健康な体を作るには、規則正しい生活を送ることが大切です。

『早寝・早起き・朝ごはん』の生活を続けましょう!

