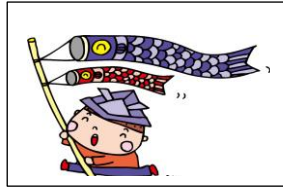


保健通信



令和3年5月6日
大阪府立交野高等学校
保健部

現在、緊急事態宣言が発令中です。以前よりも感染力の強い『変異ウイルス』による感染が増加しています。『変異ウイルス』の特徴として①感染力が強い、②若者も含め重症化しやすいと言われています。感染予防については、今までのものと変わりはありませんが、さらに慎重に生活しなくてはなりません。みんなで協力して感染予防に努めましょう。

『変異ウイルス』を予防するには

今までの感染予防と同じですが、感染力が強いため

* 『密閉』『密集』『密接』のすべてに注意してください。『3密』だけではありません。

『2密』『1密』でも感染しています。屋外でも、マスクをしていても安心ではありません。

* 飛沫（ひまつ）感染防止のために不織布マスクの着用と換気の徹底が推奨されています

感染予防のために必ず毎日実践してください。



昨年度から何度も繰り返してお願いしていることです。

①登校前に自宅で健康観察を行います。

発熱がある・風邪症状がある・体調に少しでも不安がある場合は学校を休みます。

毎月配布している『健康観察票』に毎日健康状況を記録します。

②自宅を出るときから帰宅するまでマスクを着用します。正しくマスクを着用します。

マスクを忘れた時は保健室に来てください。

③手洗いをこまめにする。

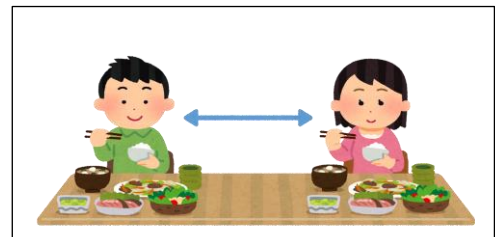
登校したらすぐに・活動の前後・食事の前・トイレの使用後・帰宅時など

④感染対策をしながら昼食を食べます。

向かい合っては食べません。

食事中は会話しません。

食べ終わったら、すぐにマスクを着用します。



⑤『密閉』『密集』『密接』を避けます。

こまめに換気をし、人と人の距離をとり、密接した会話や発声は避けます。



熱中症を予防するには

これから気温が高くなってきます。

体が暑さに慣れていないときは、危険といわれています。十分な睡眠、

バランスの取れた食事、日ごろから適度な運動をすることにより体力をつけておきましょう。もちろん十分な水分補給をすることも忘れないで下さい。