

保健だより

横浜明朋高等学校 保健室

令和3年8月

感染力が非常に強いデルタ株による感染拡大により、神奈川県も9月12日まで緊急事態措置の対象となっています。自分とまわりの人のいのちを守るために、これまで以上に、一人ひとりの感染を防ぐ行動がとても重要となっています。

これまでの感染対策をつづけよう！

① 手を清潔に！

- ・登校時、昼食の前後、トイレの後、他の人も使うものをさわった後は手を洗いましょう。
- ・タオルは自分のものを使いましょう。



② しっかりマスクをつけよう！

- ・登下校中や校内では、マスクをつけるようにしましょう。
(体育や熱中症の危険がある場合などを除く)



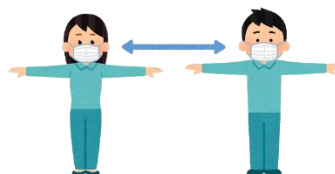
③ 健康観察票（ピンク色の紙）を忘れずに！

- ・毎日、登校前に熱をはかり、体調をチェックしてください（健康観察表に書くのをわすれずに）。
- 体調がわるい時は、むりせずに自宅で休みましょう。症状が強い、続くときは病院へ！



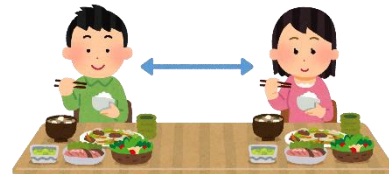
④ 人ごみや換気のわるい場所を避けましょう。

相手と距離が近すぎないように！



⑤ 昼食は自分の席で食べよう！

- ・おしゃべりは食べた後にして、自分の席で前を向いてしずかに食べましょう。
- ・食べ物や飲み物を他の人とやり取りするのはやめましょう。



⑥ 学校外での感染にも気をつけよう！

- ・県内でグループでのカラオケや食事、友人宅での宿泊による感染が報告されているそうです。学校外でも、感染の危険が高い行動は控えましょう。



【保護者の方へ】

1 健康観察について

- ・発熱などのかぜ症状、息苦しさ、強いだるさなどがある場合は、むりをせず自宅で休養し、症状が続く場合は受診してください。
※欠席する場合は、必ず学校に連絡してください。



2 新型コロナウイルス感染症の心配があるときは、学校へ連絡してください

- ・次のような場合は、学校に連絡してください。
 - ◎発熱などの症状で学校を欠席するとき
 - ◎新型コロナウイルスの検査を受ける（受けた）とき
 - ◎一緒に住んでいる家族等が新型コロナウイルスに感染し、生徒が濃厚接触者のうこうせつしよくしやとなったとき（この場合、生徒に症状がなくても出席停止になります）

3 学校での体調不良について

- ・新型コロナウイルス感染予防のため、発熱がなくても風邪症状などがある場合は、早退になることがあります。症状が続く場合は受診し、しっかり自宅で休みましょう。

4 新型コロナワクチン接種による出欠席について

- ・やむをえずワクチン接種が授業にかかる場合や、ワクチン接種後に発熱など体調がすぐれず欠席する場合は、学校に連絡してください。

夏休みはゆっくりすごせましたか？昼と夜が逆ぎゃくの生活をしていたり、食事が不規則ふきそくになったりしていませんか？また、感染症かんせんしょうの流行りゅうこうのために、不安ふあんを感じたり、がまんばかりでイライラしたり、つかれたりすることはありますか？
心配しんぱいなこと、困こまっていることがあるときは、担任たんになんの先生せんせいや保健室ほけんしつなどに相談そうだんしてみてください！

