

保健だよりNO.2

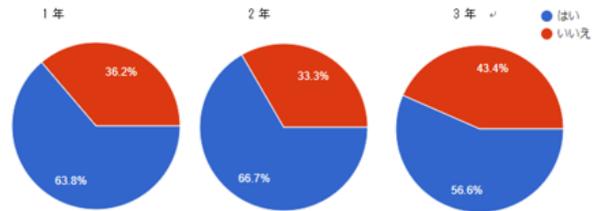
6月1日からの新しい学校生活の様式



1

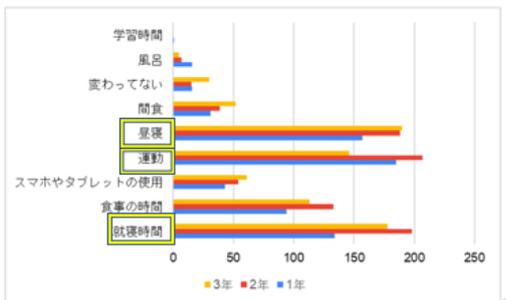
休校中の生活健康調査

④休校前と比べて、生活は不規則になったと感じますか??



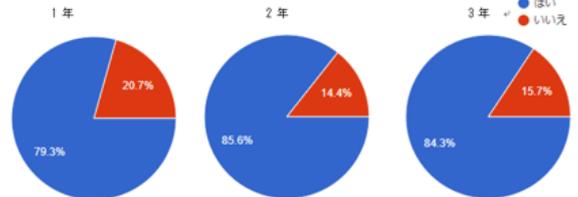
2

\* 休校前と比べて何が変わりましたか??



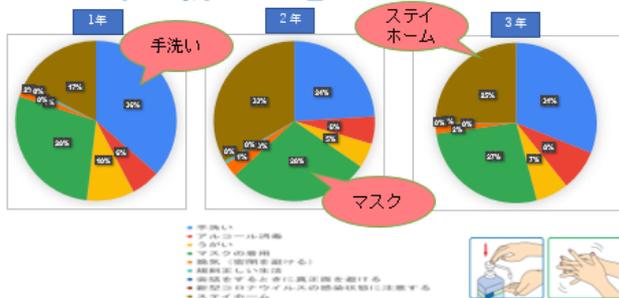
3

⑤休校前と比べて運動不足と感じていますか??



4

感染予防で気を付けていること



5

「3密」の回避 (密集・密接・密閉) 学校での感染防止の3つの基本

- ①身体的距離の確保
- ②マスクの着用
- ③手洗い

6

6月: 体温測定表 (1朝の体温と風邪症状の有無を3学校に提出)

手続	A: 35.0℃未満	B: 36~36.4℃	C: 36.5~36.9℃	D: 37.0℃以上	名前	1年	2年	3年
1	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
2	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
3	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
4	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
5	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
6	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
7	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
8	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
9	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
10	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
11	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
12	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
13	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
14	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
15	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
16	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
17	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
18	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
19	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
20	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
21	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
22	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
23	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
24	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
25	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
26	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
27	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
28	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
29	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
30	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
31	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
32	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
33	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
34	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
35	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
36	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
37	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
38	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
39	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
40	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
41	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
42	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
43	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
44	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
45	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
46	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
47	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
48	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
49	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
50	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
51	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
52	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
53	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
54	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
55	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
56	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
57	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
58	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
59	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
60	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
61	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
62	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
63	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
64	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
65	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
66	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
67	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
68	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
69	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
70	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
71	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
72	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
73	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
74	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
75	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
76	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
77	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
78	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
79	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
80	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
81	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
82	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
83	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
84	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
85	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
86	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
87	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
88	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
89	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
90	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
91	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
92	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
93	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
94	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
95	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
96	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
97	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
98	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
99	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無
100	有無	有無	有無	有無		有無	有無	有無

7

体温提出表の提出の仕方



8

# ①Social Distance



9

# ②マスクの着用



10

# ③消毒・手あらい



11

# ①Social Distance

- バスや電車の中では会話を避ける
- 手洗い場、トイレでは間隔を開けて並ぶ
- 校内での会話は真正面を避ける
- お弁当を食べる場合は横並びで食べる



12

# ②マスクの着用

- 登下校、校内はマスクを着用
- マスクの予備をリュックに入れる
- 風邪症状がなくてもマスクを着用
- 汚れたティッシュ、マスクは学校のゴミ箱に捨てない



- 熱中症予防のため、水分補給はこまめに行う

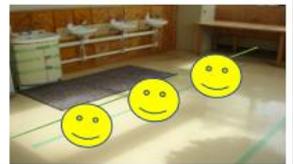
13

# ③消毒・手あらい

- 登校後、玄関で手指消毒をする
- 手洗いのタイミング

「教室に入るとき」咳やくしゃみ、鼻をかんだ時 「屋食前後」 「トイレの後」 「体育の前後」 「掃除の後」

- 屋食前後はアルコール消毒をする
- 手洗い場の使用は  
1H～4Hは「やすらぎコーナー」  
5H～8Hは「語らいコーナー」



14

石けんやハンドソープを使った丁寧な手洗いを行ってください。



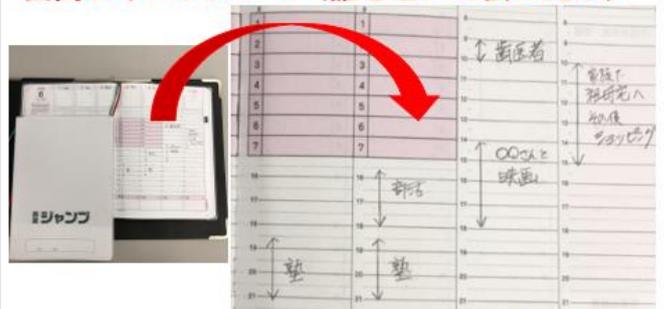
手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約100万個
石けんやハンドソープで10秒もみ洗い後流水で15秒すすぐ	1回	約0.001% (数十個)
	2回繰り返す	約0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)

15

# 西高ジャンプにメモ (誰とどこで会ったか)



16

# 保健室からのお願い



「吉田」  
「西川」

- 当分の間、感染予防のためベッドでの休養ができません。体調不良者は早退となります。
- 発熱又は風邪症状で欠席した場合は出席停止となります。「感染症による欠席届」を提出してください。
- 不安なことがあればいつでも保健室にきてください。

17