

5月25日から学校が始まり1週間が経過しました。コロナ対策のために学校でも新しい生活様式での対応となっています。6月に入り「衣替え」がありました。制服も半袖、生地が薄めの夏服になりましたね。暑い夏に向け、快適に過ごすための準備のひとつです。ただ、この時季は、『梅雨寒（つゆざむ）』という言葉もあるくらいで、天候によっては急に気温が下がることもあるので、やや肌寒く感じる日もあります。朝の登校前に天気予報をチェックして、長袖に替えるなどして、体調を崩さないように気を配りましょう。



<< 健康診断について >>

通常であれば、健康診断は4月～6月に行っていますが、今年は新型コロナウイルス感染症もあり、まだ実施時期が決まっていません。コロナウイルスの感染のリスクが低下し、検診を実施する環境が整ったら、学校医の先生と実施日を決めたいと思います。実施の時期が決定したら、連絡するので、それまで待っててください。



なお、健康状態等で配慮が必要な場合は事前に知らせてください。

尿検査の日程

- 1回目 6月 2日（火）登校後すぐ8：55までに提出する
- 2回目 6月 17日（水）未提出者・再検査者はこの日に提出する

※吉野川市在住の2年生は吉野川市健康推進課より届いているピロリ菌の検査キット一式も尿検査の日に学校にて集めるで、そちらも持ってきてください。

学校での基本的な感染症対策について

① 検温チェックと健康観察

- ・教室前に検温チェック表を置いています。家庭での検温を忘れた人は教室に入る前に学習相談室によって検温をしてから入室してください。
- ・授業中に体調が悪くなった時や発熱などがある場合は、保護者の方にお迎えをお願いすることがあります。



② 換気の徹底

- ・可能な限り入り口の扉や窓は常時開けておきます。
- ・廊下やトイレについても常時窓を開けておきます。



③マスク着用の徹底

- ・原則としてマスクを着用して過ごします。(体育の授業は除きます。)
- ・マスクを着用していないときに咳やくしゃみが出そうなときは、ティッシュやハンカチで口を覆うか、上着の内側や袖で覆います。



④手洗い・手指消毒の徹底

- ・登校後手指消毒をしてから、教室に入ります。
- ・体育の授業後、給食前、清掃後、トイレの後などには必ず石けんで丁寧に手を洗うようにします。手洗いの手順は各手洗い場に掲示しています。
- ・手洗いが出来ない場合は、アルコール消毒で手指消毒します。
- ・毎日清潔なハンカチやタオルを持ってくるください。



⑤正しい生活習慣の徹底

- ・感染症予防には免疫力を高めることが有効です。
十分な睡眠、適度な運動、バランスのとれた食事を心がけてください。

※これらの対策は新型コロナウイルス感染症が落ち着くまで継続します。

熱中症に気をつけよう

感染症予防対策としてマスクを常に着用しています。しかし、時期的に、蒸し暑い日が増えてくることが考えられます。常にマスクをしている状態では熱中症の危険性が高まります。

そこで、こまめな水分補給のためにお茶などを持ってくることを推奨します。塩分、水分補給のためにスポーツドリンクは許可しています。

また、クラブハウス前にある自動販売機は放課後のみ使用可能となっています。詳しくは県中ガイドブックをみてください。



熱中症について知っておこう

●こんな日は注意！

- ・気温が高い
- ・湿度が高い
- ・急に暑くなった
- ・風がないか、弱い



●予防するには？

- ・気温が高い時間は外出しない
- ・帽子や日傘を活用する
- ・こまめに水分を補給する
- ・こまめに休憩する(休憩するときは日陰で)



●こんな症状があらわれたら注意！

- ・汗がとまらない
- ・めまいや立ちくらみがする
- ・気分が悪い
- ・頭がボーッとする
- ・筋肉痛(ふくらはぎがつる)

