

# ほけんだより 4月

愛媛県立川之石高等学校  
—4月号— 保健室

新年度がスタートしました。新しい年次、新しい教科などなど、たくさんの「新しい」に出会い、みなさんの心もわくわくドキドキの毎日ではないでしょうか。早く慣れようと焦ってしまうこともあると思いますが、自分のペースで大丈夫です。みなさんが、心も体も健康に過ごせるように応援しています。

さて、現在もまだ新型コロナウイルス感染症はおさまっておらず、今後の拡大も心配されます。今も世界中の人たちが新型コロナウイルス感染症からみなさんの生活を守ろうと戦っています。みなさんの行動は、自分自身を守るだけでなく、みなさんの周りにいる人を守ることにもつながります。気持ちを新たに、自分にできる感染症予防を引き続き行っていきましょう。

基本的な感染症予防対策を徹底しましょう。

## マスクを着用する。

※気温や湿度が高い場合は、熱中症のリスクが高まるため、マスクを外す。ただし、十分な身体的距離をとる。

## 液体石けんでの手洗いを行う。

(外から教室へ入る時、咳やくしゃみ、鼻をかんだ時、昼食の前後、清掃後、トイレの後、共有のものの使用前) 必要に応じて手指消毒を行う。ハンカチやタオルの共有はしない。

## 換気を行う。

気候上可能な限り常時(困難な場合はこまめに)、教室の窓やドアを開けて換気する。体育館のような広い場所やエアコン使用時においても換気を行う。

毎朝、検温及び風邪症状などの健康観察を行いましょ。また、昼食時は自分の席で前を向いて食べることや、自分の教室以外で食べる時は、同じ方向を向いて食べ、マスクを外した状態での会話は避けましょ。



学校医	二宮医院	二宮 完治	先生
学校歯科医	布井歯科	布井 憲治	先生
学校眼科医	本田眼科	本田 光俊	先生
学校薬剤師	木屋薬局	久世 和孝	先生

<p><b>目的</b></p> <p>ケガをしたときの救急処置</p>	<p><b>目的</b> だいたいぶつ</p> <p>体の調子がすぐれない</p>	<p><b>目的</b></p> <p>体や健康について学びたい</p>	<p><b>目的</b></p> <p>心配事や悩みを相談したい</p>
<p><b>注意</b></p> <p>きのうの、 <b>NG</b> かえて</p> <p>継続的な手当てはできません。家でしてね</p>	<p><b>保健室を利用するときの約束</b></p> <p>必要なときに必要な人が利用できるように、目的やルールを守って、保健室を利用してください。</p>		<p><b>注意</b></p> <p><b>sorry</b></p> <p>内服薬は出せません</p>
<p><b>ルール</b></p> <p>先生にことわってから来る</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>入室退室時にはあいさつ</p>	<p><b>ルール</b></p> <p><b>NG</b></p> <p>室内では静かに</p>	<p><b>ルール</b></p> <p>いいですかあ?</p> <p>備品等に勝手に触らない</p>