



ほけんだより 6月

2020年6月
沼津中央高校
保健室発行

学校再開後の新型コロナウイルス感染症対策のお願い

健康観察・健康維持



登校前に体温を計ってください

検温結果を Google フォームで送信してから登校してください。



登校前の健康観察を徹底するようお願いします

体温が高い、風邪症状がある等、体調に不安があるときは、無理をせず自宅で休養してください。



十分な栄養と睡眠で免疫力を高める生活を心がけましょう

手洗い・マスク着用



石鹸を使ってこまめに丁寧に手を洗いましょう

登校後・体育後・食事前・掃除後・トイレ後など。



必ずマスクを着用してください

マスクは各家庭で用意をしていただきますようお願いします。破れたり汚れたりということもあるので、予備のマスクも忘れずに。



毎日清潔なハンカチを用意してください

感染防止のため、貸し借りはしない。



その他



アルコール消毒

玄関・廊下等にアルコール消毒液を設置してあります。校舎内や教室に入る前にアルコール消毒をしてください。また、除菌シート等の除菌グッズの持参をお願いします。



水分補給の飲み物を用意し、こまめに水分補給をしましょう

これから暑くなり、今まであまり体を動かさない生活をしてきたこともあって熱中症が心配です。更にコロナ予防のため着用しているマスクの影響で『マスク熱中症』になることもあります。マスクを着用しているとのどの渇きがわかりにくくなるので、意識的に水分補給を心がけましょう。感染症予防のため水筒やペットボトルの回し飲みは、絶対にやめてください！！



定期健康診断について

新型コロナウイルス感染症の影響で、臨時休校となったため、予定されていた行事等が延期または中止となりました。健康診断も同様で4月の保健だよりに日程を載せていましたが、予定通り実施することができなくなりました。新しい日程が決まりましたら、改めてお知らせします。

