

ほけんだより 2月

R4.2.1
宮前小
保健室
家庭数配布

新型コロナウイルスの感染が急激に広がっていますが、変異株が相手でも、今までやってきた感染症対策を徹底して続けていくことが大切です。下に書いてあることをもう一度確認しましょう。

どんなに、がんばって対策をしても、新型コロナウイルス感染症にかかってしまうこともあります。それは、ウイルスが強敵だからです。もし、あなたが感染してしまっても、学級閉鎖などになっても、絶対にあなたのせいではありません。感染してしまった人が、元気に回復できることがなによりも大切です。感染してしまった時には、ゆっくり休むことに専念してくださいね。

かかってしまった不安や、かかってしまうかもしれないという不安を一人でかかえるのはとても大変です。おうちの人や先生たちにいつでも話してくださいね。

ほけんしつ
ほさかです!



感染症対策を徹底しよう!

マスク

- できる限り、不織布マスクをつけましょう。
- 鼻と口をおおい、マスクと顔の間にすき間ができないようにします。



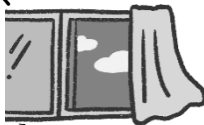
手洗い・うがい・消毒

- 登校後、休み時間後、トイレ後、給食前、そうじ後のこまめな手洗い・うがい・消毒を心がけましょう。



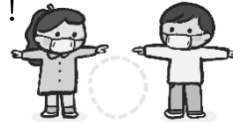
換気

- つねに、教室のまどと、ドアを開けて空気をいれかえましょう。
- 休み時間には、5分以上まどを大きくあけましょう。



ソーシャルディスタンス

- マスクをしていても、友だちとくっつくのは今はガマン!



黙食

- 給食は黙食を続けよう!
- 放課後に、友だちとおやつを食べるときも黙食で!



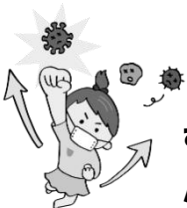
ウイルスに負けない体をつくろう

～2月の保健目標～

寒さに負けず運動しよう!

① 食事

すききらいせず、バランスよく食べる



② 運動

運動して、体を温める



③ 睡眠

十分な睡眠時間で体を休ませる



この3つを心がけることで、私たちがウイルスとたたかう力を強くすることができます。

感染症対策に加えて、食事・運動・睡眠に気をつけて、ウイルスに負けない体を作りましょう!



がっ き はついくぞくてい けっか せいちょう
3学期 発育測定の結果 ~ぐんぐん成長しています~



	しんちょうへいきん 身長平均 (cm)		がつ 9月からの しんちょう 身長の伸び (cm)		たいじゅうへいきん 体重平均 (kg)		がつ 9月からの たいじゅう 体重の増加 (kg)	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
1年	121.6	119.5	+2.1	+2.1	23.6	22.4	+1.1	+1.2
2年	127.6	126.5	+1.9	+2.1	28.1	25.3	+1.3	+1.1
3年	133.6	133.4	+1.7	+1.9	30.6	29.4	+0.9	+2.2
4年	136.9	139.1	+1.5	+2.1	33.2	35.2	+0.9	+2.8
5年	144.2	144.7	+2.5	+2.5	37.0	36.2	+1.4	+1.5
6年	150.9	154.2	+2.7	+1.7	41.3	43.9	+2.0	+2.6

保護者の方へ

3学期に入り、所沢市内でも、新型コロナウイルスの感染が急激に拡大しています。引き続き、感染症対策の徹底にご協力をお願いいたします。

【学校へウイルスを持ち込まないために】

- ★今一度、検温・健康観察の徹底をお願いします。(2月からはアプリ「リーバー」で行います)
 - ・本人・家族ともに、少しでも体調に異変を感じたら登校を控えてください。
 - ・オミクロン株では、発熱・咽頭痛の症状が多くみられているようです。特にご注意ください。

【学校で感染を拡大させないために】

- ★感染症対策(マスクの着用・手洗い(消毒)・うがい・三密を避ける)の徹底をお願いします。
 - ・マスクは、できる限り、不織布マスクの着用をお願いします。
 - ・放課後や土日についても、感染症対策を徹底していただけますようお願いいたします。

現在保健所の業務がひっ迫しています。当面の間、学校では、学校関係者から感染者が確認された場合、所沢市教育委員会、学校医と連携し、以下のように対応を進めてまいります。急に対応していただくことが増えてくると予想されます。保護者の皆様には、ご迷惑をおかけしてしまいますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

感染者の発生

発症日 or 検体採取日(症状がない場合)の2日前からの学校での行動を調査し、校内の濃厚接触者・接触者の特定を行う。

濃厚接触者・接触者なし

通常登校

濃厚接触者・接触者あり

PCR検査が実施できる

PCR検査が実施できない

学校等でPCR検査を行う

検査の結果、陽性者が複数確認された場合、**学級閉鎖(5日程度)**を検討する。

学級閉鎖(5日程度)
 ※検査をしていない場合は、市内小中の兄弟も同様に自宅待機をする。

- ・濃厚接触者等の特定までの間、
 - ・PCR検査の結果が出るまでの間、
 - ・今後の対応を決定するまでの間
- など、学級閉鎖にさせていただきます。

【出席停止期間について】

感染者…発症日 or 検体採取日を
0日とし、10日間。

濃厚接触者…感染者と
最終接触した日を
0日とし、7日間。

※R4. 1. 28 現在 ※今後変更の可能性あり