

# 4月 保健だよ！

令和2年  
4月6日  
古河市立下大野小学校

新型コロナウイルス感染症がパンデミック（世界的な感染の流行）となり、臨時休校で大変な年度末でしたね。お休み中みなさんの体調はいかがだったでしょうか。学校再開が延期されましたが、新年度がスタートしました。入学・進級おめでとうございます。新しいクラス、新しいお友だち、新しい先生・・・春はたくさんの出会いの季節です。どんな出会いがあるのかドキドキ、ワクワクしますね。今年も明るく楽しく元気に過ごしましょう。保健室ではみなさんのところから健康づくりのお手伝いをさせていただきます。一年間よろしくお願いたします。何かありましたら、いつでも保健室まで御連絡ください。

## 新型コロナウイルス等の感染症の予防について

### 1 感染症対策の徹底について

- 手洗いやアルコール消毒、うがい、咳エチケット等の基本的な感染症対策を徹底してください。
- 免疫力を高めるための、十分な睡眠、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけて健康管理に努めてください。
- 不特定多数の人が参加する集会や大型商業施設等への不要な外出は、各家庭で検討し、控えてください。



### 2 発熱等のかぜの症状が見られる場合の対応について

- 発熱等のかぜの症状が見られる場合は、無理をせずに自宅で休養してください。なお、自宅休養した場合の出欠の取扱いについては、当面の対応といたしまして「校長が出席しなくてもよいと認めた日」として、出席停止といたします。自宅教養の目安は以下の通りです。
- 風邪の症状（咳・のどの痛み）及び発熱がある場合（解熱剤を飲み続けなければならない場合も同様）
  - 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合
  - 感染拡大に伴い、保護者の意向で児童を学校に登校させない場合

### 3 その他

令和2年3月4日以降、海外から帰国された方は、発熱症状がなくても、帰国日から14日間は学校に登校しないようお願いいたします。

## 下大野小学校の新型コロナウイルス感染症の対応について

### 1 感染源を絶つこと

- ◆朝の体温チェック（自宅）：健康チェックカードを用意しました。



### 2 感染経路を絶つこと

- |      |  |                         |            |
|------|--|-------------------------|------------|
| ◆授業等 | : 児童の机を、一人ずつ離す。グループ学習など、机を向か合わせにしての学習は控える。 | ◆マスク着用（可能な限り）           | ◆石けんでの手洗い  |
| ◆給食  | : 前向き給食                                    | ◆手指のアルコール消毒             | ◆ドアノブなどの消毒 |
| ◆清掃  | : 床の掃除は、水拭きをします。                           | ◆新型コロナウイルス感染症対策の保健指導の実施 |            |
| ◆換気  | : こまめな換気                                   | ◆職員の健康チェック              |            |

お子さんは、アルコール消毒を使用しても大丈夫でしょうか。使用できない場合は、担任まで御連絡ください。



### 3 抵抗力を高めること

- ◆教室で、機会毎に免疫力高めるため、十分な睡眠、適度な運動やバランスのとれた食事を心がけるよう指導する。

## <保護者のみなさまへ>

# 朝、お子さんの健康チェックをお願いします。



朝の体調は、一日の行動を左右します。子どもたちの体調の変化は、おうちの方の『ちょっとおかしいな?』という気づきから発見されることが多いです。特にこの4月は臨時休校明けということもあり、新しい環境や生活リズムになれるまで、疲れやすく体調をくずしやすいのではと心配しています。朝、学校へ送り出す前にお子さんの様子をよく観察していただき、調子の悪いときには、お子さんの体調回復のためにも、他のお子さんへの感染を防ぐためにも無理に登校せずおうちで様子を見てください。お子さんの体調で御心配なことがある場合は、担任までお知らせください。

世界中に猛威を振るっている新型コロナ。しっかりとした治療法がわからない今、感染しないこと（予防）が大切で、ウイルス感染の可能性が高い場所に行かないことが重要です。「自分だけは大丈夫」と過信することなく命を守る行動をとりましょう。しかしウイルスは目に見えません。今の状況では、いつ感染者が出てもおかしくない状況です。病気になって一番つらいのは、「感染者」とその家族です。不安な気持ちは偏見差別を引き起こしがちですが、他の病気を同じようにやさしい気持ちで対応していくことを子どもたちにも確認していきたいと思います。

子どもたちも臨時休校延期、外出の自粛など精神的にも疲れ、おうちの方にも様々なところで影響がでてきていることと思いますが、下大野小も保護者のみなさまに御協力をいただきながら、感染防止に努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

