



# 立志の道2

2020.7.10 No.7

発行責任者

校長 小池 雅美

甲陵中・高への通学者が近道として利用する立志の道。校訓「立志躬行」の実現への道のりを、中学校の教育活動の様子を通して、随時お伝えしていきます。

## 「学校保健委員会」が開催されました

今年の梅雨は雨が多く、うっとうしい日々が続きます。大雨の被害も出ていて心配されるところです。そんな中、7月9日に、学校医の溝口先生、学校薬剤師の堀内先生をお迎えし、PTA役員の皆さま、生徒会役員、保健委員の3年生参加の下、「学校保健委員会」を開催しました。

学校保健委員会は、生徒の健康安全について様々な面から考え、推進していくという目的で行われるものです。特に今年は、新型コロナウイルス感染防止のために学校でも多くの取り組みをしており、健康についての意識が大変高まっているところです。この会では、学校としての感染症対策の確認や、生徒会、保健委員会の活動の様子が生徒から発表されました。また、溝口先生と堀内先生からは、感染症について貴重なお話を伺うことができました。以下は先生方のお話の抜粋です。



**「コロナの症状の特徴は、味覚や嗅覚異常とだるさ、発熱など。最低限毎日熱を測ることが重要。毎日同じ味の強いもの（梅干しなど）を食べて変化を知るのも良いのでは」**

**「仮に手にウイルスがついたとしても発症しない。それが粘膜から体内に入ることによって発症する。手洗いが非常に重要」**

**「口の中（唾液）にウイルスが多くいることがわかっている。マスクは絶対にする。人との会話に気をつける」**

**「電車に乗った際には、人が触ったものに触らないようにする。話さないのが良い。家に帰ったら必ず丁寧に手洗い」**

**「マスクの種類はいろいろだが、飛沫を飛ばさない効果はどれにもあるのであまり気にしなくても良いのでは」**

**「医療用のN95マスクなどは、酸欠になる。そこまでしなくても良い」**

**「冬場の教室では、換気をしないと20分くらいで基準オーバーの空気の汚れになる。換気することが非常に重要」**

改めて医療に関わる先生方のお話を聞いて、しっかりと予防していくことの大切さを学びました。また、北杜市教育委員会から家庭での感染症対策の取り組みについて文書が出されています。裏面にありますのでご確認下さい。



# 新型コロナウイルス感染症対策

～「新しい生活様式」を踏まえた家庭での取組～

北杜市教育委員会

新型コロナウイルス感染症から子どもたちを守り、お子様が安心・安全な学校生活を送ることができるよう、ご家庭においても「新しい生活様式」を踏まえた取組にご協力をお願いします。

## 1 毎日の健康観察

- 毎日、登校前にお子様の健康観察（発熱や風邪症状の有無の確認）を必ず行う。
- 平熱を把握し、発熱等の症状や日常と違う症状（咳・軟便・だるさ等）がある場合は、自宅で休養させる。

## 2 対応について

- 発熱や体調不良の症状がある場合には、かかりつけ医や保健所（0551-23-3074）に相談し、自宅療養などの指示を受けたときには、その内容を学校に伝える。
- 息苦しさや味覚異常等、感染の疑いがある場合には、保健所（0551-23-3074）に連絡して専門的な問診を受ける。また、指示された内容について、学校に伝える。
- 同居のご家族に発熱等の風邪症状が見られる場合には、よく健康観察をし、同居のご家族の症状が重いつきには、登校を控えて様子を見る。
- お子様本人または同居のご家族が PCR 検査を受けることになった場合には、すぐに学校へ連絡をする。（結果についても同様）

## 3 手洗いの励行

- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う。

## 4 咳エチケットの徹底

- 咳、くしゃみをする際、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる。

<咳エチケット>



## 5 マスクの着用について

- 家族以外の人と接する（交流する）ときには、基本的にマスクを着用する。
- 人と十分な距離が確保できる場合や、熱中症などの健康被害が発生する可能性が高いと判断した場合には、マスクを外す。

## 6 換気について

- 2方向の窓を同時に開け、こまめに換気をする。
- エアコンを使用している場合も、こまめに換気を行う。



## 7 免疫力を高める

- 十分な睡眠、適度な運動、バランスのとれた食事を心がける。

