



あらや 保健だより

新屋高校保健室 NO.2

令和2年5月7日

新型コロナウイルス感染症による臨時休校中は続いていますが、皆さん体調はいかがでしょう。自宅での過ごし方については慣れてきたと思いますが、コロナウイルスに対しては「またか」「自分は大丈夫」などと慣れるのはまだ早いですよ。1人1人が対策を続けていきましょう。基本の「手洗い」「咳エチケット」「3密を避ける」は変わりません。

布マスクが配付されます

1日1回洗濯したとして、おおよそ1ヶ月の利用が可能です。

1人2枚(2枚目は今月末以降を予定)配付されます。

洗い方については、YouTube「布マスクをご利用のみなさまへ」を参考にしてください。

他の人の物と間違わないよう、必ず自分の物と分かる印をつけましょう。

【取り扱いに関する注意事項】

- ①手洗いをする時間がない人は洗濯機で洗っても構いません。その際は、サイズの合う洗濯ネットに入れ、干すときはきちんと形を整えて干しましょう（整えないと形が崩れます）。
- ②生乾きのまま使用すると雑菌が繁殖し不衛生になります。生乾きのタイミングでアイロンをかける、もしくはきちんと乾かしてから使用しましょう。



4月に「3密を避けよう」を基に毎日各先生方が指導をしていましたが、なかなか「密接」について気をつけられていないようです。密接しているのにマスク未装着の人も多く見られました。感染していても無症状の場合も多いというケースを見聞きします。



「自分は感染しているかも？」ではなく、「自分は感染している」をベースに行動しましょう。手作りマスクについては既に配付されたプリント「手作りマスクでしっかり咳エチケット」もぜひ参考にしてください。特にハンカチマスクは10秒程度で作成でき、管理も簡単なのでとてもお勧めです。今回配付されたマスクと交互に使用すると毎日清潔なマスクを使用できますので、ぜひ作ってみてはいかがでしょうか。

また、「発熱・咳・喉痛・息苦しさ・倦怠感・味覚や嗅覚の異常があった場合」については、これまでと同様に医療機関との連携をお願いします。4月中も何人か出席停止とし、自宅で療養してもらいました。今後ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

※このたよりは必ず保護者の方と一緒に読んでください。