



# ほけんだより

# 11月



札幌市立日章中学校  
2020年11月18日  
NO. 9

札幌にも初雪のたよりが届きました。いよいよ本格的な冬の到来ですね。気温が下がり感染防止の換気もちょっぴり辛いところですが、しっかり体温調節が出来るように、重ね着などの工夫をするようにしましょう。

## 改めてもう一度確認！

### 「正しい手の洗い方・正しいマスクの着用」

新型コロナウイルス感染症の感染が拡大しています。皆さんも報道などでこのニュースを目にしていると思います。これからの季節、インフルエンザやノロウイルスなども流行しやすくなりますが、自分が出来る感染症対策をしっかり続けましょう！！

## 正しい手の洗い方

手洗いの前に

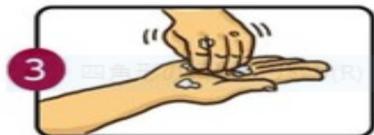
- 爪は短く切っておきましょう
- 時計や指輪は外しておきましょう



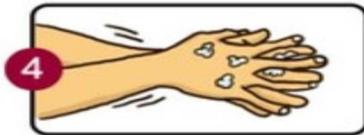
流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なハンカチなどでよく拭き取って乾かします

## 正しいマスクの着け方

！手をきれいにしてから！マスクの内側は触らないように

1 マスクを顔に当て、鼻・頬のカーブに合わせてワイヤがある場合は折り曲げる



2 鼻からあごの下まで、マスクをしっかりと伸ばす



3 隙間がないように顔とマスクをぴったり付ける



ばっちり！

マスクの表面を触らないように気をつけましょう。触ってしまった時はしっかり手洗い！マスクを捨てる時はビニール袋に入れて口を縛り、ふたのあるゴミ箱に入れます。

# お願い

## 登校前の健康チェックをお願いします

皆さんが毎朝提出している「登校前の健康チェック」（オレンジ色の用紙）は、その日の皆さんの体調を知る大切なものです。忘れずに体温測定などの健康チェックをお願いします。また提出する前に、記入漏れがないかもしっかり確認をお願いします。

出席停止の基準は変更になっていませんので、**皆さん自身及び皆さんと同居する家族の体調が悪い時には、無理をせずしっかり休養をとるようにしてください**（その際は欠席ではなく、出席停止となります）

### 札幌市立園・学校の子どもの新型コロナウイルス感染症にかかる出席停止の基準

①子ども本人に感染が確認された場合	治癒するまでの間、出席停止
②子どもと同居している者に感染が確認された場合	以下のうちいずれかの間、出席停止 ・同居の患者が治癒してから14日を経過した日までの間 ・同居の患者と同居しなくなった日から14日を経過した日までの間
③子ども本人が、保健所から濃厚接触者として指定された場合	保健所からの健康観察期間が終了するまでの間
④幼児児童生徒がPCR検査を受けることになった場合 ※③に該当する場合は除く	結果（陰性）が確認されるまで
⑤子ども本人又は子どもと同居している者に、発熱等の風邪の症状がみられる場合	症状がみられる者の症状が消失するまでの間 →医療機関で別の診断がついた場合は、その診断に従う
⑥医療的ケアが日常的に必要な場合、基礎疾患等がある場合	主治医や学校医に相談の上、登校を判断する
⑦海外から帰国した場合	2週間の自宅等での待機を経ていることを確認した上で、健康状態に問題がない場合登校させてよい

## 保護者の方の緊急連絡先をお知らせください

登校後のお子さんが、体調不良を訴えたりケガをした時などは、緊急に保護者の方に連絡を取らせていただいておりますが、健康カードなどに記載されている緊急連絡先ではなかなかつながらず、保護者の方と長時間連絡が取れないため、別室で待機し下校できないことがあります。

昼間、連絡が取りやすい電話番号をお知らせいただけますよう、よろしくお願いたします。

また、お勤め先や携帯電話の番号が変更になった際には、必ず学校にお知らせください。

