



ほけんだより

国神小保健室発行
No.12 令和3年12月1日

〇〇家の「メディアコントロール」はいかがでしたか？

学びウィークと同じ11月18日～26日までの9日間の取組でした。

ただいま、計画書の回収中ですが、「いつもと同じだから難しくなかった。」「なんでやるんですか～」など、子どもたちからいろんな声が聞こえてきました。チャレンジした内容や取組みの感想等は、集計後お知らせしたいと思います。

ご協力ありがとうございました

新型コロナウイルス感染症に係わる変更点について

全国的に新規感染者・重症者・死亡者が減少傾向のまま落ち着いています。

このことから、家庭内に体調不良者がいる児童は、登校を控えていただいていたが、**体調不良者が医療機関を受診し、医師から新型コロナウイルス感染症の疑いはないと診断され、児童本人には全く風邪症状がない場合は、学校へ登校できること**

といたしました。（診断書（証明書）は必要ありません。）

※体調不良者は、体調が改善されるまで登校は控えてください。

※今後の感染状況によっては変更することもありますのでご承知ください。



空気の汚れ
乾燥・寒さ

せき・のどの痛みにご注意ください



朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。持久走大会に向けてがんばってきた子どもたちも、せきやのどの痛み、発熱によるお休みが目立つようになってきました。

感染対策となる換気と保湿、体を冷やさないための保温が大切です。

厚生労働省によれば、『30分に1回以上、数分間程度、窓を全開にして部屋の空気がすべて外気と入れ替わるようにすること』『**空気の流れを作るため、複数の窓がある場合、2方向の壁の窓を開放し、1つしかない場合はドアを開けること**』が適切な換気方法として推奨されています。

一方、室温が下がらない範囲として『**室温 18度以上**』を、適度な保湿の程度として『**湿度 40%以上**』を感染対策の目安として示しています。

上の条件を満たすのは難しいと思いますが、できるだけ各家庭のお部屋の環境を近づけられるといいですね。



換気 VS 保温・加湿

