



こんにちは！保健室の養護教諭
照屋 寿教（としこ）です！



新しい学年が始まりましたね！新しいクラスメイトや先生はどうですか？
今年度も、みなさんが勉強や部活、行事などを健康で安全に過ごせるように
健康づくりのサポートをしたいと思います。

休みの間に生活リズムが崩れてしまっている人もいないでしょうか。
分散登校の期間中に、生活リズムを整えて、スタート出来るようにしておきま
しょう。これから1年間、どうぞよろしくお願い致します♪

感染症予防のための学校からのお願い

1. 健康観察(体温測定)の徹底

体温が普段より1℃高い、風邪症状(咳、鼻水、倦怠感等)がある場合は、自宅で休養する

2. 手洗い・手指消毒の徹底

流水+せっけんを使い 30 秒以上の丁寧な手洗いをこまめに行う

ハンカチも忘れないでね♪

3. 換気をする

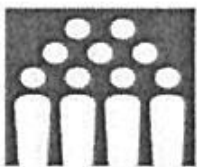
風のながれができるよう、2方向の窓を開けるように意識する

4. 咳エチケットを守ろう

人と接する時にはマスクを着用する。とっさに咳やくしゃみが出た場合は、袖で鼻や口を覆う

5. 「3密(密閉・密集・密接)」を避ける

換気の悪い空間、室内で手の届く距離に多くの人といる、近距離での会話や発声をさける



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

学校は集団で生活する場所です。自分自身や自分の家族を大切に
思うのと同様に、クラスメイトやその家族のことも大切にできる人にな
って欲しいなと思っています。

「**感染予防に努めるのが当たり前**」になるように具志川高校生ひとり
ひとりが意識して、行動してくれることを期待しています(^^) /

