

ほけんだより

9月

令和3年度 9/17(金)

今帰仁中学校 保健室

9月の保健目標

規則正しい生活をしよう

2学期が始まった！！と思ったら、あっという間に臨時休校でしたね。学校は再び再開したものの、まだしばらくはコロナに振り回される生活が続きそうですね。そんななかでも、自分らしくリフレッシュしながら2学期を過ごしていきましょう。早寝・早起き・朝ご飯！元気な体でコロナウイルスをふきとばそう。

がんばろう！コロナ対策！！



室内換気

マスク着用



手洗い
手指消毒



～学校保健委員会開催～

9/16(木)に学校医・学校歯科医・学校薬剤師を招いて、学校保健委員会を開催し、コロナ対策等について指導助言をいただきました。

☆学校医より

- ・コロナ過、自粛中でも生活の中に運動をとり入れてください。(室内運動でも◎)
- ・コロナ感染予防にはワクチン接種が大切。

☆学校歯科医より

- ・歯磨き中、歯磨き後は飛沫感染のリスクが高くなるので、現在実施されている感染予防を継続しながら、歯磨きマナーを守って行ってください。

☆学校薬剤師より

- ・手指消毒は手洗いが一番効果的！！アルコール消毒する場合は、手のひらに500円玉くらいの量の液を取り、指先・指の間・手首も忘れずに乾くまでしっかりとすり込むことが大切。
- ・教室内の換気の検査(気流・粉じん・CO2)は全ての項目で適正。きちんと換気がされており、感染予防が十分なされている。



病院受診をした人、むし歯の治療が終わった人は保健室に受診カードを提出してくださいね。

むし歯の治療がまだの人は早めに受診しましょう。治療中の人は最期まで頑張ってくださいね。