# 保健室だより

令和4年 2月号



2月に入りましたが、日によって気温差が激しく、まだまだ体調の崩れやすい時期が続いています。新型コロナウイルス感染症の流行も拡大しています。これまでに引き続き手洗いうがい、換気、加湿などの対策を継続して行ってください。特に3年生は受験を控えていますのでより一層注意してくださいね。

## 新型コロナウイルスに厳重注意です

冬休みから1月にかけて新型コロナウイルスの感染が拡大し、1月27日から栃木県の 警戒度レベルが**「まん延防止等重点措置」**に引き上げられています。栃木県内の感染者 も、過去最高人数を更新しています。

感染が拡大すればするほど、今までの生活が送りづらくなってしまいます。感染の拡大を抑えるために、中学生のみなさん一人ひとりにもできることがあります。今まで以上に感染症対策を徹底しましょう。

#### ○感染のリスクが高まる場面を避けましょう

- ・換気が悪い密閉空間
- ・人が密集している場所(大人数が集まっている狭い場所)
- マスクなしでの会話

を避けましょう。

#### ○ウイルスが体に入り込まないようにしましょう

- 手洗い・うがいを丁寧にしましょう(家に帰ったとき、食事の前、トイレのあとなど)
- ・マスクの着用
- ・不要不急の外出はできるだけ避けましょう

#### 保護者の方へ

#### 登校前の健康観察と健康観察アプリ「LEBER」への入力をお願いします

登校後すぐに体調不良を訴える生徒がいます。感染症対策のため、せっかく登校してきても、すぐに早退となってしまう場合もあります。

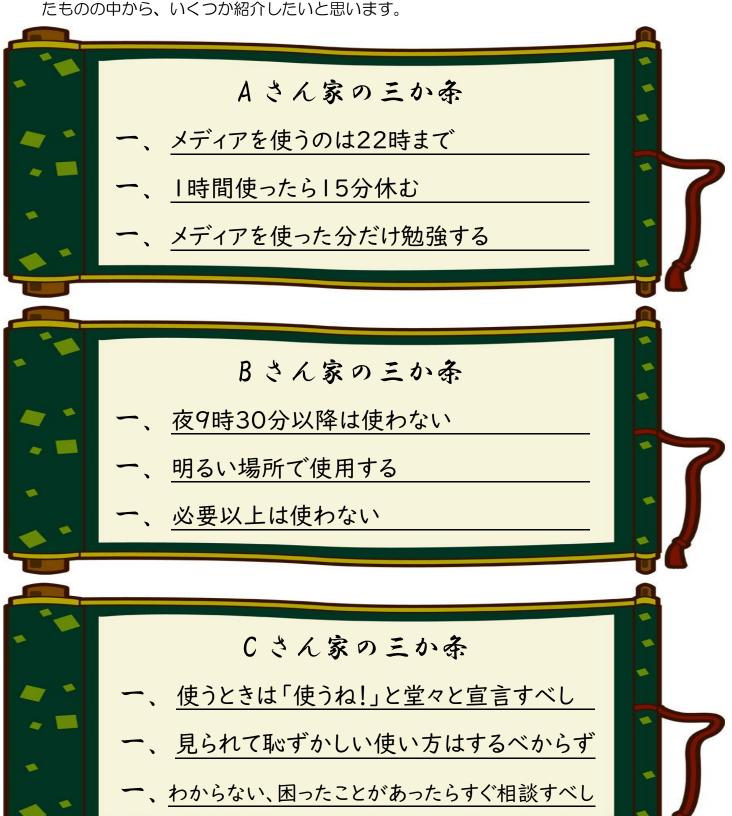
感染症の流行を防ぐには、初期症状のサインを見逃さないことが大切です。登校前に様子が少し違うと感じたら、無理をせずご自宅で様子を見ていただきますようお願いします。また12月1日(水)から、健康観察アプリ「LEBER」の利用が開始されています。引き続き、朝のご家庭での健康観察の結果や、当日の出欠について、体温などの入力をお願いいたします。また登校日だけでなく、週末の入力も忘れずにお願いします。

※これまでの色つきの「検温チェック表」はアプリでの入力へ変更になります。

※未入力の場合、学校からご家庭へ確認のご連絡をさせていただきます。

### メディアの使い方を家族で考えよう!!

冬休み前に、石橋中学校区の健康増進・食育だより「いしばし元気っ子」を配ったのを 覚えていますか?その中で、スマホやタブレットなどのメディアの使い方を家族で考えて 記入するワークシートがありました。冬休み中に家族で考えてきて、学校へ提出してくれ たものの中から、いくつか紹介したいと思います。



その他にも、<u>勉強が終わってから使う</u>、<u>使っていい日を決める</u>、<u>使う姿勢に気をつける</u>、 <u>SNS の使い方について</u>などを書いてきてくれた人もいました。それぞれの家庭で、それぞれに合った使い方を考えてみてくださいね。