



和歌山県立田辺工業高等学校 保健室 2020年4月第2号 (Vol.2)

例年なら、新学期が始まり、ほけんだよりも健康診断のお知らせなどを掲載している頃ですが、今年は新型コロナウイルス感染拡大のため休校が続く、先行きの見えない不安な日々となっています。

正しい予防行動をとること、咳エチケットを守ることなど、自分にできることをていねいに行い、「感染しない努力」をし続けることがたいせつです。

免疫力を落とさないために規則正しい生活習慣を続けること、人混みを避け、不要不急の外出を控えることなど、継続して行いましょう。

## 正しい情報を得ること

人々の不安が大きくなると、デマやうわさが一人歩きしはじめます。

度々学校からの注意にもあるように、不確定の情報を信じることなく、正しい情報を得るようにしましょう。また、正しい情報であっても、不用意に他の人にまわすことのないよう気をつけましょう。

## 3密を避ける

### ○換気の悪い密閉空間を避ける

換気が有効です。窓を開けて通気をよくします。

### ○多くの人が密集することを避ける

どんなに広い空間であっても多くの人が密集することは避けます。

### ○近距離での会話や発声など密接することを避ける

どんなに広い空間に少人数でも距離をとるようにします。

ソーシャルディスタンスを守りましょう。

## 健康観察票について

学校再開の際は、「健康観察票」の記入と提出をお願いします。登校前の忙しい時間帯にチェックし、毎日学校に提出してもらうこととなりますが、健康管理上たいへん重要となりますので忘れずをお願いします。

今回は4月13日から3週間分のものを配布しています。継続した健康観察のため、土日も記録をお願いします。実際の記録と提出は次回の登校日からとなりますが、休校期間中、練習のつもりで登校前の時間に検温と記録をしてみてください。

もし、発熱やかぜ症状等が出た場合は担任まで連絡してください。

### (参考情報)

#### ○関連情報ホームページ

- ・新型コロナウイルスに関連した感染症対策に関する対応について

(文部科学省ホームページ)

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/coronavirus/index.html](https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/index.html)

- ・新型コロナウイルスに関連した感染症対策に関する対応について

(内閣官房ホームページ)

[http://www.cas.go.jp/jp/influenza/novel\\_coronavirus.html](http://www.cas.go.jp/jp/influenza/novel_coronavirus.html)

- ・新型コロナウイルス感染症に関連する情報について (和歌山県健康推進課ホームページ)

<https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/000200/covid19.html>

- ・田辺工業高校ホームページ <https://www.tanabe-th.wakayama-c.ed.jp/>

学校再開の際には、マスクの着用についてもお願いをしていますが、入手困難となっており、お手元にないことも考えられます。多方面で手作りマスクの作り方なども紹介されております。

政府からの動画 URL も掲載しておりますので、ご家庭で手作りされる際の参考にしてください。

- ・マスクの作り方 (文部科学省ホームページ「子供の学び応援サイト」内)

[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/ikusei/gakusyushien/mext\\_00460.html](https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html)