

あおいの部屋通信 9月



— 保健室だより —



No. 3 令和3年9月3日 井之頭中学校 保健室

みなさんお久しぶりですね！楽しい夏休みが終わり、あっという間に2学期ですね。思い返せば、去年は「日本一夏休みが短い」と全国ニュースになっていました。今年は約1ヶ月間夏休みがありました。みなさんはどのように過ごしましたか？部活や勉強を頑張った人、自分の好きなことをした人、ちょっと夜更かし朝寝坊してみた人など過ごし方は様々だったのではないのでしょうか？2学期は運動会や井中屋等の大きな行事が盛りだくさんです。行事を大成功させるためには、みなさんの心と体が元気なことがとても大切です。規則正しい生活リズムを意識して過ごしていきましょう。

9月9日は
救急の日

井之頭中の救急用品どこにあるかわかるかな？

A E D



AEDは職員玄関を入ってすぐ左側にあります。AEDは心臓に電気ショックを与えて一度動きを止め、正常な動きに戻す役割があります。

救急セット

保健室用



職員室用



井之頭中の救急セットは二つあります。一つは保健室にあり、もう一つは職員室にあります。保健室に安田先生がいない時は職員室の先生に対応してもらいましょう。

たんか 担架

たんか担架は美術室前にあります。ピンク色の長い袋が置いてあるのを知っていますか？その中にたんか担架は入っています。保健室にも布製の簡易担架がありますよ。



緊急時持ち出しセット

誰かが倒れた！等の緊急事態が起きた時に持ち出すセットがあります。保健室の処置台の下にある緑色のバックです。こんなバックがあるということ覚えておきましょう。



★井之頭中の救急用品の場所を確認してみましよう！

全国で感染拡大！

新型コロナウイルスどう予防する？



全国的に感染が拡大し続けている新型コロナウイルスは静岡県内でも連日多くの感染者がでています。変異株の拡大も広がっておりまだまだ警戒が必要です。新型コロナを予防するためにはどのようなことに気をつける必要があるのかを今一度確認してみましょう！

感染を防ぐには何をすればいいのかな？

基本的な感染対策は今までと変わりません。「3密を避ける」「手洗いうがいの徹底」「ソーシャルディスタンスを保つ」「マスクの着用や咳エチケット」「十分な換気」などです。これは最近流行している「変異株」にも有効です。しかしみなさん！これらの感染対策が徹底できているでしょうか？新型コロナが流行して約1年半が経ち、今の環境に慣れてきてはいませんか？「まあいいか」と対策が適当になってきてはいませんか？今の自分の考えや行動を見直してみて、新型コロナから自分や周りの人を守るためにどのように行動することが大切なのかをもう一度考え直してみましょう。

どんな時に感染することが多い？

飲食をする場での感染が最も多いです。感染リスクが最も高まるのは、感染後症状が現れる2日前からです。そのため症状がないからといってマスクを着用せずに食事をしながら話したり、3密になる空間に長時間いたりするのは危険です。

新型コロナワクチンどんな効果がある？注意点は？

ワクチン接種をすると、体の中で新型コロナとたたかう仕組み（免疫）ができます。接種すると新型コロナに感染しにくくなり、感染しても重症化を防ぐことができます。ワクチンを接種したからといって、新型コロナに絶対に感染しないわけではありません。接種をした後も、基本的な感染対策は続けていきましょう。

ワクチン接種が進む中でみなさんに理解してもらいたいのが「ワクチン接種をするかしないかは自由」ということです。様々な理由から接種ができない人、接種を望まない人もいます。どちらが正しいということもありません。大切なのは接種をするかしないかを自分の意思で決めるということです。



保護者の皆様へ

日頃より学校保健活動へのご協力ありがとうございます。依然として新型コロナウイルスの感染拡大が危惧されています。学校で感染者を出さない、広めないためにも登校前にお子様及びご家族の体調を確認していただき、かぜ症状が見られる場合には登校を控えてください。また登校させるか迷われる場合には、一度学校にご連絡いただきご相談ください。

本人及び同居家族がかぜ症状、学校で感染するのが不安で欠席させたい、ワクチン接種による副反応等により欠席する場合には、いずれも『出席停止』となります。不安なことや不明点がありましたら、学校までご連絡ください。