



ほけんだより 12月

R3.12.3 福井南特別支援学校 保健室

いよいよ今年もあと1か月。今年はどんなことがありましたか？
 小さなことでも、よいことが集まれば前に進む力になります。よ
 かったことをたくさん思い出して、新しい年へのエネルギーにし
 ましょう！

12月の保健目標

寒さに負けないからだづくりをしよう

国内の新型コロナウイルス感染症の流行は徐々に落ち着いてきました。しかし、
 世界では新しい変異株が出現しており、まだまだ注意が必要です。今までどおり、
 手洗い・マスクなど対策をしっかりとって、元気に1年をしめくくりましょう。

感染症対策は「ま・か・し・て」!

感染症対策は「ま・か・し・て」!



① マスクをつける



② かんきをする



③ (手や指を) しょうどくする



④ 手を洗う

あうちの方へ マスクの配付について

新型コロナウイルス感染症対策のため、ファーストリテイリング社より福井県へエアリズムマスクが寄贈されました。県教育委員会と県健康福祉部の協議の結果、県立学校に対して一人1点ずつ(3枚入り)配付することになりました。大人用サイズのマスクとなりますので、御家庭での感染症対策として活用いただければと思います。

9月のほけんだよりでもお伝えしましたが、マスクは着用方法によって飛沫の捕集効果に違いが生じることから、正しい方法でマスクを着用することが重要です。一般的なマスクでは、不織布マスクが最も高い効果を持ち、次に布・ガーゼマスク、ウレタンマスクの順に効果があるといわれていますが、どのマスクでも顔に隙間なくフィットしていることが大切です。不織布マスクは鼻周辺に隙間が見られることが多いです。また、布マスクは繰り返し洗濯をすることで生地が伸び、顔への密着度が低下します。お子様がマスクを付けた状態を見ていただき、隙間が見られないかを御確認ください。

ことし ちりょう
今年のうちに治療をすませよう



12月の保健行事

6~14日 体重測定...各学部



まいにち 毎日かくにん! 手あらい『3つ』のやくそく

その1: せっけんで!

水だけの手あらいでは、きれいに見えてもばいきんやウイルスはのこります。せっけんをよくあわ立て、手のすみずみまでこすってあらいます。



その2: 水を流して!

ためた水を使うと、「あらいいおとす」ことができていないかも…。水を流しながら、せっけんのあわをのこさないようにあらいます。



その3: よくふきとる!

あらった後、手をぬれたままにすると、またばいきんやウイルスがつきやすくなります。きれいなタオルやハンカチでふきとります。

