

ほけんだより 12月

令和4年12月6日
清瀬市立清明小学校
校長 川勝 肇恵

保護者の皆様へ

東京都の新型コロナウイルスの感染者数が増えるにつれ、学校でも欠席者が増えてきています。登校前の健康観察をご家庭で必ずしていただき、朝から体調が優れないときには、無理せず休養していただきますようお願いいたします。

また、フォームを使って欠席連絡をしていただいておりますが、欠席理由は症状を詳しく、教えてください。「体調不良」だけでなく、発熱の有無や、かぜ症状があるかどうかなどご入力いただくと学級や学校全体の感染状況の把握に役立ちます。ご協力をお願いいたします。

冬の服装について

寒い時期の学校での服装のきまりがあります。ご家庭でお子さんをご確認をお願いいたします。

体育以外の授業中や休み時間

- ・ホッカイロは必要な場合は持ってきてもよい。
- ・換気のため、冬場にひざ掛けを持ってきてもよい。
- ・外で着ていた上着（厚手のコートなど）は、校舎内では脱ぐ。体温調節がしやすく、室内で着用するにふさわしい防寒着を着てもよい。（パーカー、カーディガン、薄手のダウン等）

体育の授業中

- ・体育着の上にトレーナーを着てもよい。
（金具がついているもの、フード・パーカーは着用しない。）
- ・ニーハイソックス（膝より上の靴下）やタイツは体育の授業時の着用は不可とする。
- ・短パンの上に長ズボンを重ねてはくのは不可とする。
- ・原則短パンとするが、身体面の理由で担任が保護者より連絡を受け、許可することで長ズボンを着用することができる。材質や色は短パンに準ずる。

児童のみなさんへ

新型コロナウイルスがまたまた流行し始めています。

もう耳にタコができそう！なくらい言われていることかもしれませんが・・・

予防の基本は手洗いです。

しっかり手を洗って、ウイルスが体の中に入ることを防ぎましょう。

アルコール消毒をすればいい、と考える人もいるかもしれませんが、ノロウイルスなど、アルコール消毒が効かないウイルスもあります。登校後、給食前、トイレの後、帰宅後は必ず、手を洗いましょう！

新型コロナウイルスはどれくらい生きる？



新型コロナウイルスは、感染した人のくしゃみやせきと一緒に口から飛び出します。

ねらいは別の人の口や鼻から体の中に入ること。でもマスクをしている人ばかりだと、うまくいきません。ウイルスの次のねらいは手につくこと。いろいろなところで、その機会をねらっています。

ウイルスの生存時間

空気中 3時間	ボール紙の表面 24時間	プラスチック・ステンレスの表面 48~72時間
------------	-----------------	----------------------------

そんなウイルスを数10秒で消滅

石けんで10秒もみ洗い

させられる方法が

流水で15秒すすぐ

あります。それが手洗い。

2回くりかえす

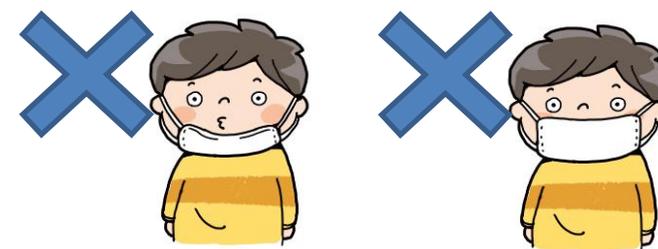


これでウイルスはほぼゼロに！

せきエチケットも忘れずに！！



飛沫がとばないように肘などでおさえましょう。



マスクは鼻と口がかくれるようにつけましょう。