

インフルエンザ蔓延中！感染対策の確認をお願いします！

5. 12. 13

保健室

- 換気**
- ・ **常時天窓を4隅5～10cm**開ける
 - ・ **扇風機を一方に**（校庭側に）向けて**上空で回す**
 - ・ **休み時間はドア・窓全開**に ⇒⇒授業終了時指示を

- 加湿**
- ・ **濡れタオル**の設置（保健委員）
 - ・ **個人のぞうきん**（椅子に下げているもの）を**濡らしておく**
 - ・ **そうじの床ふきは、ゆるしぼりの水拭き**を
（教室内に少し水を入れたバケツを邪魔にならないところに置く）
（植物を置く）

- 寒さ対策**
- ・ **下着・タイツ・セーター**などを着用し、**内側から**しっかり保温する
 - ・ 防寒着やカイロの活用
 - ・ 水筒の中身を温かいものにする

- 給食**
- ・ **石鹸で20秒以上**手洗いする
 - ・ **給食当番は健康な子**
（**体調不良者・病み上がり者などは避ける**）
 - ・ おしゃべりは控える

- 菌みがき**
- ・ **口を大きく開かず 黙ってみがく**

- 掃除**
- ・ **基本水拭き(ゆるくしぼる)**
 - ・ **掃除後は石鹸で**手洗い・うがい

- マスク**
- ・ 流行時につき着用を勧める
特に**咳・鼻水あり、病み上がり、体調不良時は着用する**

- 家庭**
- ・ **睡眠・食事をしっかり**摂る（特に休日の過ごし方）

- 校外**
- ・ 友達との遊び方⇒個室で密集し長時間過ごすようなことは避ける

- 自分の体調をよく観察する**
- 朝、体調悪い時は検温する
熱がなくとも症状（頭痛のど痛等）がある場合は保護者に相談し無理に登校しない・夜、発熱があり朝解熱した場合は、1日様子を見て休養することを勧める

