

ほけんたより



令和3年9月13日
調布市立滝坂小学校
校長 小林美也子
養護教諭 玉置真美

夏休みの延長、そしてオンライン授業の期間を経てようやく2学期の学校生活がスタートしました。子供たちの笑顔の裏には、コロナ禍での登校に不安な気持ちを抱えている人も少なくありません。一人一人が手洗いなどの予防を徹底することや、周りの人を思いやる気持ちを忘れずに過ごしてほしいと思います。



感染予防対策の強化をお願いします！！

8月31日～9月6日までの期間、Google フォームでの健康観察にご協力いただきありがとうございました。7日からの健康観察表は紙でお配りしていますが、10月12日以降 Google フォームに移行することを考えております。ご承知おきください。

引き続き、必ず保護者の方が確認の上、毎朝健康観察表に記録をしてください。また、発熱や
かぜ症状がある場合は学校をお休みし、ご家庭で休養してください。また、家族・同居者で発熱
等の症状がある場合は、自宅待機をお願いいたします。(出席停止となります。)

マスクの着用について

お子さまが正しくマスクの着用ができているか、ご家庭でもチェックをお願いします。また、学校生活の中でマスクを落としてしまったり、唾液等で汚れてしまったたりした場合は、適宜取り換えることができるよう、予備のマスクの用意を忘れずをお願いいたします。



正しい着用

ブリーツを上下にひらき、マスクを広げる。顔にあて、ノーズフィッター部分が鼻筋にフィットしたら、顔にフィットさせながら耳かけゴムを耳にかける。



着用したマスクを顎にかける

顎についたウイルスなどの飛散物がマスクの内側についてしまう恐れがある。



鼻がでている

自分の咳などが飛散しない効果はあるが、鼻からのウイルスの侵入を防げない可能性がある。



サイズが合っていない

マスクと皮膚の隙があいしまったり、ロムロム十分に保護でき



マスクの外側に頻繁に手で触る

マスクに付着したウイルスが、手に移ってしまふ可能性があります。



マスクのはずし方

マスクの表面にウイルスなどの飛散物が付着している可能性があります。耳にかけるゴムの部分を持ってはずします。

マスクやフェイスシールドの効果

【スーパーコンピュータ富岳によるシミュレーション結果】

	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
対策方法		不織布 	布マスク 	ウレタン 		
吐き出し飛沫量	100%	80% カット	66~78% カット	50% カット	20% カット	10% カット
吸い込み飛沫量	100%	70% カット	35~45% カット	30~40% カット	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

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、次に布マスク、その次にウレタンマスクの順に効果があるとされています。

マスクの種類について、文科省ガイドラインにおいても、より抵抗力を高める観点から不織布マスクを推奨しています。学校で指定はありませんが、ご家庭でもお子さまに合ったマスクを選んでいただきますようお願いいたします。

保健室の利用・体調不良等での早退連絡について

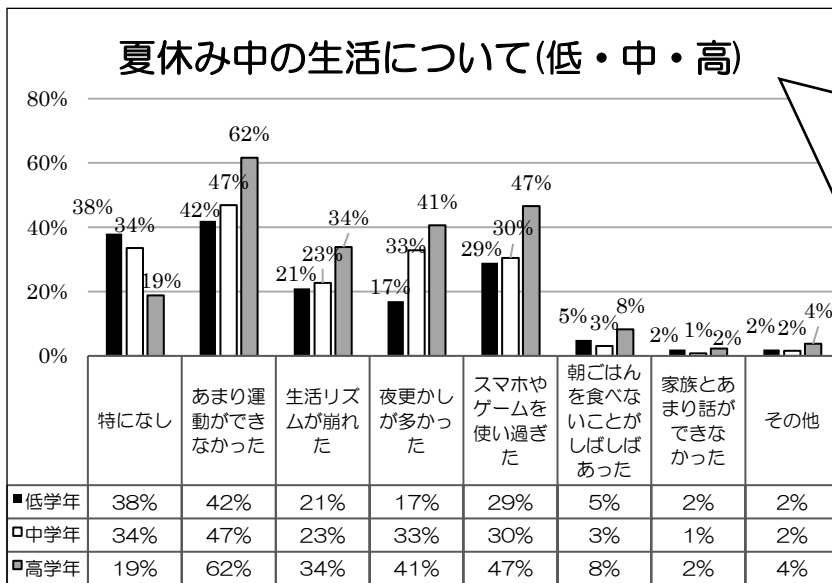
2学期が始まり、様々な理由で保健室を利用する子供たちが増えることが予想されます。現在も緊急事態宣言が延長されていることや、学校での感染拡大を防ぐために、お子さまが学校で発熱やかぜ症状を訴えて保健室に来室した場合については、速やかにお子さまのお迎え(早退)の対応をしていただきますようお願いいたします。(状況に応じて経過観察を行います。)電話に出られなかった場合でも、学校からの着信に気がきましたら、すぐに折り返しの連絡をしてください。



保健室内においても来室人数を制限することや、こまめな消毒など感染予防に取り組んでまいりますので、児童の安心・安全のためご理解とご協力をお願いいたします。

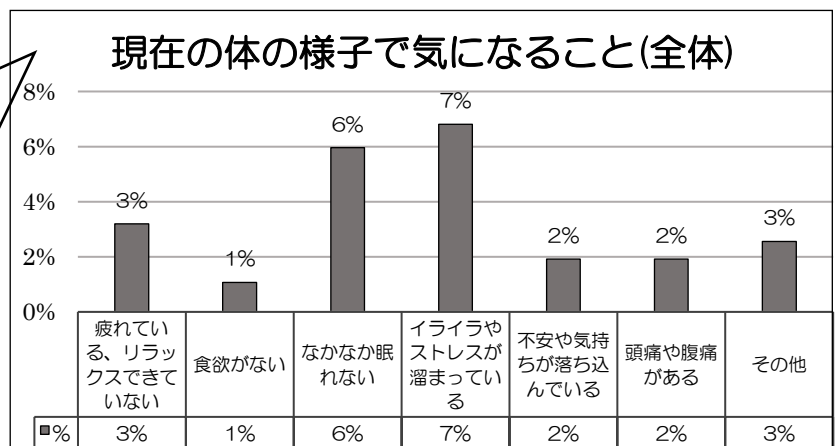
夏休み中の健康調査について

Google フォームでの回答にご協力いただきありがとうございました。結果から子供たちの様々な健康課題が見えました。教職員や保護者の方と共有し、今後の指導の参考とさせていただきます。



コロナの影響で、子供たちが外で遊んだり運動する時間が明らかに減っています。その分、家での過ごし方においてスマホやゲーム等の利用時間が増えていることが分かります。高学年ではおよそ2人に1人が「使いすぎた」という結果でした。依存には十分注意が必要です。また、夜更かしなどの生活リズムの乱れは学校生活にも影響を与えます。早寝早起き朝ごはんのリズムを定着させ、徐々に体を学校モードに切り替えていきましょう。

学校全体のおよそ20%が、体の様子について回答がありました。2学期がスタートしてからも症状等が続く場合はご相談ください。特に、コロナ禍で制限された生活の中で、ストレスが溜まっている人が多くみられました。休み時間は外で過ごすなどして自分に合ったストレスの解消方法を一緒に見つけましょう。



2学期 発育測定について

夏休み明けに計画しておりましたが、中止といたしました。次回の発育測定は1月です。身長・体重が知りたいお子さまは、個別に対応いたします。お気軽にお声かけください。