

学校薬剤師の先生と教室の空気検査を実施しました。

以前の保健だよりでインフルエンザの予防についてお知らせをしました。今月は換気の必要性などさらに詳しく予防方法を知って防ぎましょう。

予防対策万全ですか？

インフルエンザ流行中です！

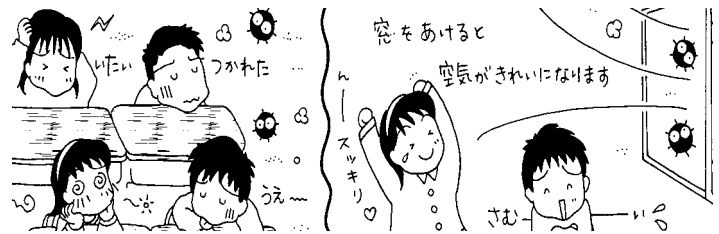
制服のポケットには必ずハンカチを入れてください！

制服のポケットを覗いてみてください。そこにハンカチ、ハンドタオルは入っていますか。手を洗った後に制服で拭く、手をぱたぱたとふって乾かしていませんか。清潔な手は感染予防の第一歩になります。



教室の換気に協力をお願いします！

2時間目の休み時間と昼休みは教室の換気時間です。放送後5分間は窓を開けたままにしてください。



かからない・うつさないために
保健委員会からお願い



3つの咳エチケットを実践してください！

学校や車の中など人が集まる場所が効果的です。

- ① マスクを着用する。(口と鼻を覆う)
 - ② ティッシュ、ハンカチで口と鼻を覆う。
 - ③ 袖で口と鼻を覆う。(とっさの時)
- (手で覆うとその手にウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の人にうつす可能性があります。)

睡眠と食事を十分とって、身体の抵抗力を高めましょう！

「早寝・早起き・朝ご飯」を大切に！
挑戦しやすいことから少しずつ。

