

ほげんだより



令和4年8月30日
福知山高校附属中学校 保健室
【2学期始業式号】



2学期が始まりました!

夏休みはどうか?長い休みになりましたが、体調を崩さず元気に過ごせたでしょうか。まだまだ暑さが続くので体調管理に十分気をつけましょう。

さて、9月には文化祭・体育祭、10月には芸術鑑賞、11月には3年生は研修旅行!行事がたくさんありますね。

新型コロナウイルス感染症も新たな変異株により、第7波が流行しています。緩みがちになってしまう対策を怠らないように意識しましょう!

継続して、習慣づける... 感染予防対策

6月からさくら連絡網による検温チェックが始まっています。長い休みのあと、忘れずに入力できましたか?



京都府では、7月から感染者が急増し、とくに10代の感染者が目立っています。新たな変異株のBA.5では、エアロゾル(感染者の口や鼻から出て空気中に浮遊するウイルスを含んだ微粒子)での感染リスクが高くなっていると言われています。

- ① 定期的な換気(空気の流れを作る)
- ② 適切なマスクの着用(人との距離がとれないときは基本的につける)
- ③ 食事の感染対策(食事前の手洗い・黙食など)
- ④ 手洗い・手指衛生の徹底

まだまだ気をつけて行動しましょう!

基本的な感染対策



部屋の換気、こまめな手洗い・手指消毒をしましょう



発熱、咳、のどの痛みなど少しでも体調が悪い場合

- ▶ 医療機関に電話の上、受診してください
- ▶ 家族を含めて通勤・通学・通園は控えましょう



体調に不安がある時

家族を含めて外出を控えましょう



人との距離を確保し、大声での会話など感染リスクの高い行動を避けましょう

京都府

こまっていることはなに?



休んでもいいよ



誰かにうちあけてみてほしい



どうしたらいい?

ときどき、しんどい

スクールカウンセラーの先生の来校日

生徒のみなさんはもちろん、保護者の方もお話できます。

保健室で予約を受け付けています。お待ちしております。

9月

- 5日(月)16:30~18:30
- 12日(月)10:30~18:30
- 20日(火)10:30~18:30
- 26日(月)16:30~18:30



