



7月も1週間経ちましたが、梅雨明けが待ちどおしいですね。今年は新型コロナウイルス感染症流行のため、今までに経験のない夏を過ごすことになりました。熱中症予防もしながら感染症対策をするといった生活で、心身への負担も大きくなっています。毎日の生活の中で「睡眠・栄養・適度な運動」に気をつけて、免疫力をおとさないよう意識して過ごしたいですね。



7月の「健康安全の日」 夏の新型コロナウイルス感染症対策を確認しよう

子供たちの様子から、最近では新型コロナウイルスのことも、少し意識が低くなってきたように思います。熱中症が心配な季節でもありますが、感染症対策もしながら、この夏を元気に過ごせるように工夫が必要です。7月の「健康安全の日」では、次のような指導を行いました。

声を出すことで飛沫が飛ぶ **換気とマスクは必要です！**

アメリカの研究結果で、1分間声をだしている間に、少なくとも1000個の小さな飛沫が見つかり、それは8分以上空中に漂い続けることがわかりました。もし、感染している人と近い距離で会話をすれば、1分ごとに1000個の飛沫ミストを浴びることになります。

ウィルスは手から手につく **手洗いが必要です！**

感染している人がさわった物にはウィルスが付いている可能性が高いです。誰が感染しているかわかりません。たくさんの人と共用する物をさわった場合は、必ず石けんで30秒以上の手洗いをする必要があります。

マスクを外す場合 **手洗い 洗顔 うがいが必要です！**

暑さが厳しい時には、熱中症予防のためマスクを外します。その場合は、近距離での会話はひかえる、人との距離を1m以上あけることが大切です。

体育や部活動の時には、活動後に、「手洗い・洗顔・うがい」を徹底して行いましょう。

特に接触プレーの競技は、飛沫ミストを全身に浴びている可能性があります。

帰宅後は、できるだけすぐにシャワーやお風呂で洗い流すことをおすすめします。



静岡県新型コロナウイルス警戒レベル(7月3日更新)

7月3日(金)現在は「**警戒レベル3(県内注意、県外注意)**」です。

現在、感染拡大が限定的(感染限定期)となっているのは、県民の皆様の御努力や御協力の賜物です。これからも、一人ひとり、行動に気をつけていただき、皆さん一緒に一日も早い日常の回復を目指しましょう。

以下のような行動を心がけていただくようお願いいたします。

静岡県新型コロナウイルス感染症対策本部

○新しい生活様式を徹底する。

○北海道・埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県への移動は慎重に。

定期健康診断の日程

学校閉鎖で延期となっていた本年度の定期健康診断ですが、次のような日程で実施予定です。検査結果はわかりしだいお知らせします。

- 7月17日（金） 尿検査（三次・・・該当者のみ）
- 27日（月） 心電図検査（1年生）
- 28日（火） 聴力検査（1年・3年）
- 30日（木） 歯科検診（全学年）
- 9月17日（木） 貧血検査（2年・3年希望者）
- 17日（木） 眼科検診（全学年）
- 10月15日（木） 耳鼻科健診（3年・2年）
- 22日（木） 耳鼻科健診（2年・1年）
- 11月25日（水） 内科検診（3年）
- 12月 2日（水） 内科検診（2年）
- 9日（水） 内科検診（1年）

本年度は特例で、12月末までに健康診断を実施することになりました。御理解と御協力をお願いします。



国からマスクが配給されました。

4月に1回目の配給がありましたが、今回2回目の配給となります。お子さんを通じてお渡ししますので、御確認ください。

テレビ放映がありました。薬学講座

6月10日（水）に1年生の薬学講座がありました。学校薬剤師の竹内雅子先生から「薬の正しい使い方」を学びました。

6月24日（水）には3年生の薬学講座があり、磐田市立総合病院薬剤師の正木銀三先生から「依存症について」教えていただきました。6月初めに静岡県内の複数の大学生が、大麻など違法薬物を乱用して逮捕されています。それを受け、高校や大学では指導が強化されています。本校の3年生の授業では、薬物乱用を病気という視点からとらえ、正木先生に教えていただきました。この模様は、静岡第一テレビのニュースで放映されました。また、後日、薬物の特集番組の中でインタビューの様子などが放送される予定です。放送日が決定したらお知らせします。



スクールカウンセラー来校日

- 7月16日（木）
 - 7月28日（火）＊午後のみ
- 希望があれば養護教諭まで御連絡ください。
（電話32-4637）

