

# 保健だより

国内の新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、広島県でも「感染拡大警戒宣言」が行われ、再び臨時休業となりました。生活環境の変化や長期の外出自粛で、ストレスもたまってきていると思います。栄養バランスのとれた食事と十分な睡眠、外で適度な運動をするなどして規則正しい生活を心がけ、学校再開の際には、元気に登校してください。

4月の保健目標 自分の体を知ろう。

## 定期健康診断について

健康診断は「どれくらい成長したか」「病気や異常の疑いがないか」を調べます。毎年の健康診断で自分の体を知り、自分の体に関心を持ち大切にする事は、1年を元気に過ごすだけでなく、「将来の健康」につながります。

【しかし、今年度については・・・】

身体測定は、感染のリスクを軽減させる工夫をした上で全学年、

実施しました。学校医による検診や業者による検査については、当面

延期となります。学校再開後、詳細が決定しましたら、改めて連絡します。



## 臨時休業中の健康管理について(お願い)

臨時休業中も御家庭での健康観察をしっかりといただき、健康観察カードの記入をお願いします。(健康観察カードは学校のホームページからもダウンロードできます。)

また、引き続き、感染の予防に努めてください。

☆こまめに手を洗い、咳エチケットを守りましょう。

☆不要不急の外出を控え、3つの密(密閉空間・密集場所・密接場面)を避けましょう。



## マスクの配付について(お知らせ)

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、国より、布製マスクが一人当たり2枚配付されます。そのうちの1枚について、学校に届いたので郵送します。2枚目については5月以降に配付予定なので、届き次第、配付します。

布製マスクについては1日1回の洗濯により、1か月の利用が可能ということです。洗い方の動画についても案内がありましたので、参考にしてください。

YouTube metichannel「布マスクをご利用の皆様へ」経済産業省