

HEALTH REPORT

発行:鹿本高校 生徒保健委員会 R4年6月8日

No.1

3年 上妻



いただきます人生100年歯と共に

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。

学校歯科医さんによる歯科検診が6月1日に終了しました。治療が必要な人には結果が配付されます。とくに3年生は早めに受診しましょう。

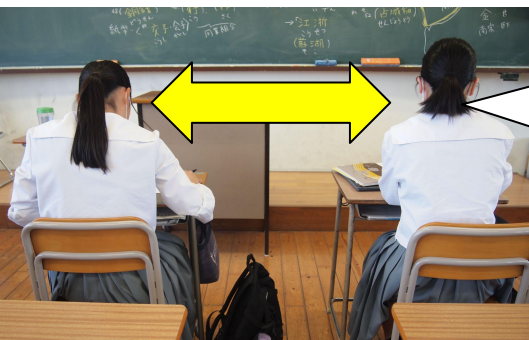
治療が必要とわかれていない人も、歯磨きだけでは落としきれない汚れなどを歯科医院でクリーニングしてもらいましょう！



教えてしかモン！

マスク外していいの？

身体的距離2m以上ってどれくらい？



Q:教室の座席。
隣の距離は何メートル？

A:2mは離れていません！

2mって結構離れてるね。
手と手の指先も届かない距離だから、学校内ではなかなか取れない距離だね。



基本的な感染対策としての「マスク着用」の位置づけは変更ありません！

6月3日発表の熊本県リスクレベルは **2** (緩やかな減少状況)

マスクをはめる場面

- ・2m以上の距離がとれていないとき
- ・距離はとれるが、屋内で会話をするとき
- ・友達と一緒に登下校をするとき
(屋外でも2m以上の距離がとれず会話をするとき)
- ・公共のバスなどに乗るとき



マスクを外してもいい場面

- ・体育や部活動で距離がとれているとき(特に夏は熱中症対策のため)
- ・自転車や徒歩で1人で登下校を行うとき
(外で距離がとれない場合でも会話を行わないとき)



※接触を伴う競技はマスクをはめる場合もあります。
また更衣室や移動、食事のときはマスク着用です。

熊本県内では飲食店を利用する場合、同一グループの同一テーブルの使用は4人以内となっています。クラスや部活動での会食は控え、会食する場合は少人数で行うようにしてください！

これまでも、これからも、やるべきこと！！

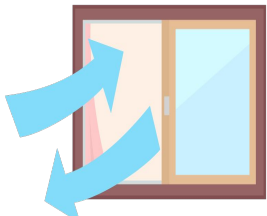
マスク

- ・鼻マスクはNG！！
- ・大声を出して会話をしない。
- ・接近しすぎたりマスクを外して会話をしない。
- ・マスクを外す際は、屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)保ちましょう



教室の換気【冷房が入るようになってからも開けること！】

- ・窓を2カ所以上開ける(上の窓と換気扇)
(換気扇をカーテンで覆わない)
- ・休み時間、または授業が始まるタイミングで必ず換気を行う
(保健委員は率先して開ける、先生方も協力をお願いします)
- ・昼食時:窓+出入り口も開ける
- ★換気の日安は、30分以上に1回以上、数分間程度、窓を全開にするとよい。



黙食の徹底

会話をしながら食べると、濃厚接触者になる可能性が高くなります。



手洗い・手指消毒の徹底



泡オートディスペンサー登場！まずは、自分の手をしっかり洗い、口や鼻をさわらないこと！



掃除の人へ
手洗いの石けんが少なくなったら、売店横の倉庫で補充して下さい。掃除時間に美化委員が入れてくれます。

歯磨きするときは・・・



歯磨きをする際は床に張ってある足形の上に立って距離を保って歯を磨きましょう！

★会話をしながら歯磨きをしないこと。飛沫が飛ばないように口は結んだ状態で、前歯の裏を磨くときは口を手で覆って磨こう。