



新型コロナ・インフルエンザ流行中！！

毎日真冬の寒さが続いています。寒いからといって、教室を締め切っていると、ほこり、二酸化炭素などで空気が汚れ、様々な悪影響があります。また新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスも蔓延し、感染する可能性も高くなります。教室内の空気の状態には、常に注意をして、換気を心がけましょう。

●教室の空気の状態は大丈夫？

1月17日（火）と1月18日（水）に2年3組教室で空気検査（CO₂濃度）を行いました。

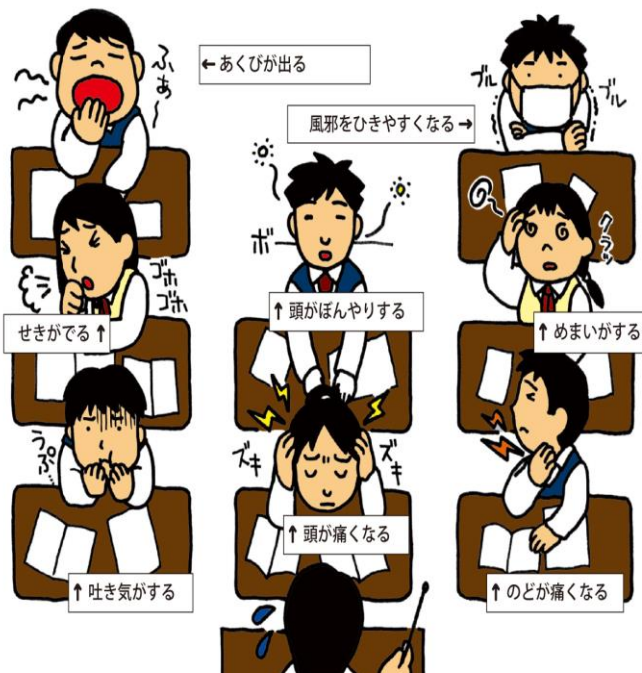
その結果・・・

- ・廊下側の窓を開けない教室は、CO₂濃度が基準値を超えた
 - ・廊下側の窓を全部10cm程度開けると、基準値以下になった
 - *二酸化炭素（CO₂）基準値 1000ppm以下
 - ・特に5時間目の最初は、基準値を大幅に超えていた
- このように換気が不十分であることがわかりました。

【教室の換気を励行しよう！！】

- ・常時、換気扇をつける。
- ・廊下側の天窗と下の窓を全力所10cm開けて、常時空気の流れをつくる。
- ・昼休みは、昼食や会話などでCO₂の濃度が高くなる。特に昼休みは、ドアも全開にして、換気をしよう！

換気をしていない教室ではこんな状態に！！



～マラソン大会に向けて体調管理をしよう～

体育授業では持久走が始まり、1月26日（木）にはマラソン大会が行われます。喘息など持病がある人は、体調管理に留意して、無理せずに自分のペースで参加して、徐々に体力をつけていってください。

履きなれない靴やサイズの合わない靴は、足を痛める原因になります。また、運動後はしっかりと汗をふいて、着替えをして、風邪をひかないように注意しましょう。



《発熱や咳などの症状があったら・・・》

1月に入り、新型コロナウイルスと同時にインフルエンザによる欠席者が出ています。

発熱や咳などの症状があれば、かかりつけ医、または「発熱等受診・相談センター（健康福祉事務所・保健所等）」や「新型コロナウイルス健康相談コールセンター」に相談してください。

*インフルエンザと診断された場合は、主治医に指示された期間自宅で療養してください。新型コロナウイルス感染症と同様に「出席停止解除証明書」は必要ありません。保護者から学校に連絡をしてください。

《2月のカウンセリング予定》

♪日時

2月 6日（月）13:30～16:30

2月13日（月）13:30～16:30

*3月のカウンセリングはありません。

♪申込み方法

保健室または担任の先生に申し込んでください。

相談時間は調整してお知らせします。

