

# ほけんだより



静岡聴覚特別支援学校  
保健室 文責・栗田  
令和4年12月22日



令和4年も残り数日になりました。振り返ってみて、今年はどうな1年になりましたか。

新型コロナウイルスの影響で制限があったものの、予定していた行事を実施することができました。また、毎日の健康観察など、保護者の皆様の御協力をいただき、子どもたちも元気に学校生活を過ごすことができました。ありがとうございました。

冬休みも、基本的な衛生習慣に加え、一つ一つの行動に注意して感染予防をしながら、元気に過ごしてください。

## 静岡県の新型コロナウイルス感染状況：国評価レベル2



12月に入ってから、新型コロナウイルスの新規感染者数は、前の週と比べ1.3倍程度のペースで増加が続いています。また、11月30日には、静岡市で2年8か月ぶりに季節性インフルエンザによる学級閉鎖が報告されました。

新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが同時流行すると、医療機関の受診が難しくなる可能性があるため、各家庭で事前の準備をすることが重要になります。

静岡県健康福祉部が作成した「この冬の準備は、お済みですか？」のリーフレットを参考に、事前の準備を整えて、年末年始を安心してお過ごしください。

## 冬休み中も、毎日検温・健康観察をお願いします

毎朝夕の健康観察を続けていただき、ありがとうございます。毎日の検温が習慣になっていると思いますので、冬休みの間も続けてお願いします。12月の健康観察記録用紙は、3学期に回収をします。



### 通院結果連絡について

冬休みに定期通院や病気等で受診した場合は、「受診結果連絡票」へ記入して、緑のクリアファイルに入れて提出してください。新たに学校での内服が必要になった場合は、「与薬依頼書・見届け依頼書」への記入もお願いします。用紙は年度初めに配付してありますが、学校ホームページの「各種ダウンロード」の項でも確認できます。

### 感染症にかかったときの連絡について

感染症にかかった場合は、様子を学校へお知らせいただくとともに、感染拡大予防に御協力ください。出席停止に関する書類は、学校ホームページの「各種ダウンロード」の項で確認してください。インフルエンザについては、前号でお知らせしたように、他の感染症とは別様式になります。病院が「罹患証明書」を書き、保護者が「経過報告書」を記入する様式ですので、再度確認してください。

# 冬休みは、御家庭でも「三密」を避けて、新しい生活様式で！



感染症対策には、冬場でもこまめな換気が重要です。  
 家庭では、常時換気設備や台所・洗面所の換気扇を常時運転することで最小限の換気量は確保できます。  
 窓開けによる換気をするときは、風の流れることができるよう、2方向の窓を少しだけ開けて換気しましょう。扇風機やサーキュレーターなどを使って風の流れを作ることも有効です。ぜひ試してみてください。

寒い季節の換気テクニック

**寒** い日に窓を開けると、急激に部屋の温度が低くなるので、暖房器具を工夫しながら換気をしよう。

**短** 時間、窓を全開にするよりも、一方向の窓を少しだけずっと開けっ放ししておくほうが室温の変化を抑えられます。

**台** 所などの換気扇を使うと、室温を急激に下げることなく換気をすることができます。

**暖** 房器具の近くの窓を開けると、窓から入ってくる冷えた空気がすぐにあたためられるのでオススメ。

カーテンなどの燃えやすいものは暖房器具から離そう(火災予防！)



冬は、水道の水が冷たいことで、手洗いの時間が短くなりやすく指先や指の間などの洗い忘れが増えてしまいます。

新型コロナウイルスだけでなく、感染症の多くが手を介して感染するため、手洗いが最も効果的な予防方法になります。

手を洗うときには、石けんを泡立てて、良く手をこすり、流水で丁寧に洗い流し、きれ

いなタオルでしっかり拭きましょう。

手洗いができない場合は、手指消毒液を手全体によくなじませ、手をこすり合わせるように擦り込みましょう。



## 11月28日に幼稚部ゆいぐみで「手洗いチェック」をしました！

幼稚部ゆいぐみの3人は、上手に手洗いができているか、手洗いチェックをしました。

光るクリームを手塗りに塗り、いつものように石けんで手を洗ってから、ブラックライトに手をかざすと、洗い残した場所が白く光ります。

「指の間」「指先や爪の周り」「親指」が洗い残しやすく、一緒に参加された保護者も驚いていました。

手のひら、手の甲、指の間、指先、親指、手首の順番に「手あらいのうた」に合わせて、石けんを泡立てながら手を洗うと、光るクリームがどんどん落ちて、手がきれいになっていきます。



洗う場所を意識して、洗い残しがないように丁寧に手洗いをする習慣を付けましょう。