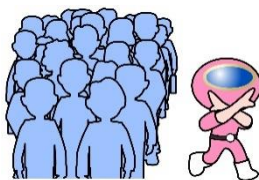


自宅学習期間版 臨時保健だより

中等保健室 8月23日

*感染予防の留意点

- ・手洗いや咳エチケットの徹底。
- ・不要不急の外出を避ける。
- ・やむを得ず外出する場合は、3密(密閉・密室・密接)を避けた行動を徹底する。
- ・健康観察を継続し、毎日健康観察表に記録をする。



*生活の留意点

- ・規則正しい生活を送る。
- ・バランスの良い食事を心がけ、十分な睡眠をとる。
- ・適度な運動を心がける。
- ・計画的に学習する。



自宅学習期間中も次のような場合は学校に連絡をお願いします。

- ・発熱など風邪症状がある。
- ・心配なことがある。
- ・新型コロナウイルス感染症について



- ・感染症が心配される症状があり、PCR検査を受けた。
- ・本人が濃厚接触者となった。
- ・同居する家族が濃厚接触者となった。
- ・本人が陽性者となった。
- ・同居する家族が陽性者となった。

心の感染(恐怖・不安)、社会的な感染(偏見・差別)を防ごう。

- ・噂や不確実な情報などで間違った行動(ひやかしやからかい、SNSでの発言など)をとらない。
 - ・周りの様子で「嫌だな…」「おかしいな…」など気になることがあったり、不安やストレスを感じたら、担任・養護教諭・スクールカウンセラー等に相談しよう。
- 佐野日本大学中等教育学校電話番号…0283-25-3987

