

1・2月号

令和4年1月20日発行
杉並区立高南中学校
保健室

家族の体調確認も
忘れずに！

感染症の場合、人にうつしてしまうことがあるので、自分だけでなく、周りの人を守るためにも大切。

1月17日学校薬剤師里見先生が来校し、2年生の教室を使い空気検査を行いました。授業開始直後はco2濃度が約800ppmでしたが、廊下側の小窓のみ開けた状態で授業を行い40分後再測定すると1000ppmを超えた状態になりました。その後校庭側、廊下側両方の窓等を開け空気の流れを作ると5分後には200ppm下がりました。1000ppmを超えると眠気や頭痛症状が起こることがあるということで、里見先生からも教室にあるco2濃度測定器を活用しながら数値が高い場合は対角線上に空気が流れるように窓等を開けると良いとアドバイスをいただきました。先生だけでなく、保健給食委員会のメンバーを中心に、各クラスで意識し学習しやすい環境づくりをしていければと思います。

各クラスで呼びかけたい感染対策

1A

冬となり、水道の水が冷たくなっていますが、手には見えない菌がたくさんついているので、手を洗うことが大切です。また、その後ハンカチでふくこともすごく大切なので、A組では、ハンカチ調べに取り組んでいます。

保健給食委員

給食の準備中大声でしゃべっている人がタレと感染対策ができていないのでそこを呼びかけたので、最近ハンカチを持つてくる人が少なくなっているのでハンカチを持つてきてください

保健給食委員

1 B

授業間の休み時間は次の授業の準備をするための時間なので、友達とくっつきすぎず、距離を保って過ごしましょう。
手洗いをした後に、スポンヤスカートでぶくと手洗いをした意味がないので、ハンカチを持てきましょう。

保健給食委員

保健給食委員

2A

給食の前に手が汚い
状態で食事をするとうるすの感
染率当然上がってしまいますな
ので給食前には入念に手を洗
いましょう。手をキレイな状態
で給食を食べると感染率は下
がります。

保健給食委員

2B

3A

受験勉強を頑張るのも良いですが、
夜ふかしをすると免疫力が下がって
しまうのでなるべく早く寝て、健康で
良い体づくりをしましょう!

保健給食委員

黙食が義務ではなくなり
ましたが、小さな声で話す
ことを意識してください。
また、食べ終わった後は、
必ずすぐにマスクを着用し、
周りの人に迷惑をかけない
ようにしましょう。

保健給食委員

3B