

例年は1学期に実施している定期健康診断。今年度は新型コロナウイルス感染予防のため、2学期の実施となりましたが、9月に歯科・内科・耳鼻科の各検診、先日の眼科検診の実施により、すべての検診が終了しました。健康手帳で結果をお知らせしましたので、ご確認ください。視力検査などで正確な検査ができない児童生徒もいますが、検査の様子等についてご不明な点がありましたら、遠慮なく保健室にご連絡ください。

さて朝夕気温の低い日が続き、体調管理が難しい季節になりました。急な発熱やかぜ症状のため欠席する児童生徒もいますので、食事の栄養バランスや睡眠のリズムを整えるなど、健康管理に気を付けてください。なお、医師による処方薬を学校で服用する必要がある場合は、担任まで預けてください。



健康手帳；成長の記録
卒業学年（小6、中3、高3）は家庭で保管してください。

コロナウイルス 目も入口？

くち はな いりぐち からだ なか はい しんがた め
口や鼻を入口に体の中へ入ってくる、新型コロナウイルス。目から

はい か のうせい し
も入る可能性があるのを知っていますか？

かんせん ひと ぶく め
感染している人のせきやくしゃみのしぶきに含まれるウイルスが目

ひょうめん
の表面についたり、ウイルスのついた手で目を触ったりこすったりす

からだ なか はい
ると体の中に入ってくるかもしれないのです。そこで大切な

は、やっぱり石けんによる十分な手洗いです。



手洗い vs コロナウイルス 勝つのは手洗い!

コロナウイルスは体に入ると増殖できますが、物の表面にくっつくだけなら時間がたつと壊れてしまいます。でも、くっつく物によって**24～72時間**くらい、感染する力を持っています。この間にウイルスを触ると、手についたウイルスが体の中に入ってくる危険が…！

そこで、手洗い。

- ① 流水で洗うと、ウイルスは流れていきます。
- ② 石けんの手洗いは、コロナウイルスの表面の膜を壊して感染する力を失わせるので、もっと効果的。

指先、指の間、手首、手のひら

など、ウイルスが残りやすいところを念入りに洗えば、手洗いの完全勝利！

