



けんき

最長子配付

岐阜市立早田小学校
R3. 6. 15 発行
保健だより NO. 5
保健室 宮部

★ お家の人といっしょに読んでくださいね

熱中症対応をしながら 安心安全な学校生活を!



6月半ばになり、暑い日が多くなってきました。毎日、体育委員会のみなさんがWBGT計で熱中症指数を計ってくれています。指数が25以上になる日が多くなったため、熱中症予防の観点から、教育委員会や学校薬剤師のご指導のもと、15日(火)より、新しい“おもいやりルール”で学校生活を送ることになりました。ご理解とご協力をお願いします。

◇新しい“おもいやりルール”のもととなる定義(厚生労働省より)

濃厚接触者の定義

【接触の時期】 発症した日から	変更	発症の2日前から
【接触の内容】 2メートル程度の距離で、感染防止策なしに接触	変更	1メートル程度の距離で、感染防止策なしに15分以上接触

(以下は変更なし)

- 同居または長時間接触
- 感染防止策なしで診察・看護・介護
- 体液に直接接触した可能性高い

安心・安全で
がっこうせいかつ
たのしい学校生活のために
熱中症も予防するために
どうするの? 編

熱中症と
新型コロナウイルス感染症
両方を
どうやって予防するの?

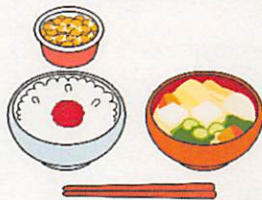
体育の授業
息が苦しくなる運動
(シャトルラン・ハードル走など)
決められた時“マスクを外す”
合計10~15分

外遊び
外で遊ぶ時は“マスクを外す”
10~15分

熱中症と新型コロナウイルス感染症
両方を予防するための
おもいやり
ルール

◇登校前に、朝食で塩分やミネラルを取ってきてください

暑い時期は、熱中症を予防するため、朝食時に塩分を含むものを摂取してください。メニューに味噌汁、梅干し、しょうゆをかけた納豆を加える等の工夫をお願いします。



マスクをはずしたら、ポケットにいれる
(マスクに名前を書く。落し物で名前がないと処分します)

2メートル
マスクなし
フィジカル・ディスタンス
(大また2歩=2メートル)

外遊びの時間が変わるよ!
★20分休み★
今週の前半: 1, 3, 5年
月曜日: 前半10時10分~10時20分
後半10時10分~10時25分
火~金曜日: 前半10時20分~10時30分
後半10時20分~10時35分
★昼休み★
月曜日: 12時50分~1時5分
火~金曜日: 1時~1時15分
ロング: 前半(1, 2, 4年)1時5分~1時20分
後半(3, 5, 6年, そよかぜ)1時25分~1時40分

ひとりひとりがルールを守って
熱中症とコロナウイルスから
体を守ろう!