

# ほけんだより

令和3年度  
第4号

令和3年9月1日  
喜界町立早町小学校  
保健室

全国的に新型コロナウイルス感染症の感染者が急増し、鹿児島県でも緊急事態宣言が発令されました。(期間:8月13日~9月12日)また、全国各地で大雨による土砂災害や水害も発生し、夏休み後半は、感染症や災害関連のニュースが続きました。もししたら、不安な気持ちで過ごしていた人もいるかもしれません。今日から2学期が始まりました。感染対策をしつつ、楽しい毎日になりますように!



いのち まも こうどう  
**命を守る行動…こんなときどうしたらいい?**  
かぞく ぼうさい かんが  
**~家族で防災について考えてみませんか?~**

9月1日は防災の日です。大雨や地震などの災害が起こったときに、どんな行動をしたらいいのかわからない災害に備え、お家の人と避難場所を確認したり、防災用品を見直したりしてみましょう。

**【令和3年5月20日から新しくなった避難情報】**  
大雨・洪水などが発生したとき、災害の恐れがある地域にいる人は、以下の警戒レベルで安全なところに避難しましょう。

<p><b>警戒レベル2</b> 大雨・洪水・高潮注意報</p> <p>気象庁が発表する注意報をチェック!</p>	<p><b>警戒レベル3</b> 高齢者等避難</p> <p>高齢者以外の人も、必要に応じて避難の準備を開始!</p>	<p><b>警戒レベル4</b> 避難指示</p> <p>危険な場所から、全員避難しよう!</p>
---	---	---

○ **白旗から確認しておくことが大切**  
地域のハザードマップを見て、避難が必要か、外出先で災害に合ったらどこで合流するか、などを話し合っておくことをおすすめします。



○ **避難 = 避難所へ行くことだけではない!**  
安全であることがわかれば、親戚の家や知り合いの家に避難することも有効です。地域のハザードマップで災害発生時に自宅にいても大丈夫か、確認しておくことで安心です。



## 【9月の保健目標】 けがを予防しよう

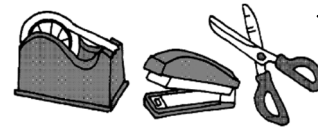
学校で多いけがは、打撲、擦り傷、切り傷などです。けがの原因にはいろいろなことがありますが、中には防ぐことができたものも多くあります。

**<学校であいがちなけがの原因>**  
【その1】 落ち着きのない行動



ろうかや階段を勢いよく走る…。早町小でも似たような場面に遭遇することがあります。このあと、どのようなことが起こりそうですか?

【その2】 道具の使い方を間違える



毎日の学習で使う道具も、使い方を間違えれば、けがにつながります。特に刃物を使うときはいつも以上に注意しましょう!

【その3】 きまり(ルール)を守れていない



遊んではいけない場所で遊んだり、遊びに使った道具を正しく片付けなかったりすると、大きなけがにつながることがあります。学校では安全に過ごすためのきまりがありますね。きまりを守れていますか?

運動会の練習が始まると、けがをする人が増えます。先生の話をよく聞いたり、周りの様子をよく見たりして、落ち着いた行動を心がけましょう!

## 歯の治療は進んでいますか?

今年度の歯科検診の結果、むし歯の保有率は30.4%でした。8月2日現在のむし歯の保有率は23.2%です。今年度は、むし歯保有率15%以下を目標にしています。

この夏休み中にむし歯の治療が終わったという御家庭は、学校にもお知らせください。



※ 裏面も御覧ください。

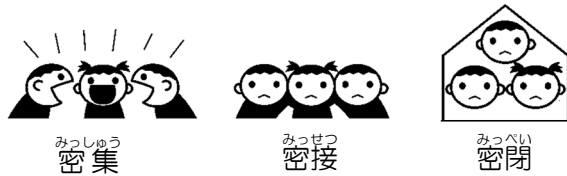
しんがた かんせんしょう じぶん いのち たいせつ ひと いのち まも  
**新型コロナウイルス感染症から、自分の命・大切な人の命を守るために**  
 わたし  
**～ 私たちにできること～**

まいにち 毎日、テレビや新聞、インターネットのニュースサイトなどでは、新型コロナウイルス感染症に関するさまざまな情報が報道されています。誰だって病気にはなりたくないですし、自分や大切な人には元気でいてほしいですね。

ぜんこくてき 全国的に患者数が増え、いつ・誰が感染してもおかしくない状況です。病気の治療は医師や看護師などの医療従事者にしかできませんが、私たち一人一人が予防することや、感染した人を責めないことで、患者さんが適切に治療を受け、登校や通勤を再開できるようになるのではないかと思います。

よぼう ほうぼう 予防の方法① 密集・密接・密閉(三密)を避ける

マスクを外した状態で、おしゃべりに夢中になったり、換気をしていない部屋で活動をしたりするのは、感染のリスクを高めてしまいます。教室やろうかの窓を開けて、換気をしましょう。また、トイレや手洗い場などは、人との距離が近くなりやすい場所です。トイレや手洗い場では、できるだけ声を出さない、用が済んだ人からその場を離れるなど、自分にできる対策をしましょう。



よぼう ほうぼう 予防の方法② 手洗い

新型コロナウイルス感染症に限らず、いろいろな病気の予防方法の一つが手洗いです。石けんを泡立て、手と手をこすり合わせることで手についたウイルスを洗い流します。普段の生活では、石けんを手洗いできていれば、アルコールでの消毒は必要ありません。ただし、手が洗えないときは、アルコール消毒は有効です。アルコール消毒をするときは、手に傷がないことにしましょう。



よぼう ほうぼう 予防の方法③ マスク着用

暑い時期にマスクをするのは辛いですが、外で活動したり、運動をしたりするとき、無理にマスクを着ける必要はありませんが、①人が集まる場所、②給食の準備の時間、③バスの中、などではマスクを着用します。①～③以外では、気温や自分の体調に合わせて一時的にマスクをはずしてもかまいませんが、マスクをしていないときは、声を出さないように気をつけましょう。



よぼう ほうぼう 予防の方法④ 体の抵抗力を高める

三密を避ける、手洗いや換気、マスク着用など、毎日、いろいろな対策をすることが「当たり前」になっていると思いますが、いつ、どこでウイルスが体内に入ってもおかしくない状況です。

そこで、重要なのが、体の抵抗力を高めておくことです。好き嫌いをせずに1日3回、しっかり食事をする、夜更かしをせずに早寝をする、ほどよく体を動かすことなど、毎日の過ごし方も病気の予防には欠かせません。



ほごしゃ みなさま 【保護者の皆様へ】

日頃より、各家庭でのマスクの準備や検温等に御理解と御協力をいただき、誠にありがとうございます。

学校では、感染防止策を実施しながら教育活動を行いますが、現在、「喜界島新型コロナウイルス感染症警戒レベル」が「5」のため、風邪症状についても出席停止とさせていただきます。また、登校後に発熱や風邪症状が見られた場合は、迎えのお願いを連絡します。(基本的に、家庭環境調査票や保健調査票に記入されている連絡先を連絡します。)緊急時に確実に連絡がとれるようにしておいてください。なお、緊急連絡先が変更になった場合は、学校に御連絡ください。