

# えがお

NO. 13



大山町立大山中学校

ほけんだより

2021.1.20.

1月の保健目標：  
食中毒や冬に多い  
病気を予防しよう！

石けんで手をあらおう



しばらく暖かい日が続いたと思ったら、また雪が降り寒さが厳しくなってきました。  
体を冷やさないうちから朝食から温かいスープやみそ汁などを食べ、体を温めましょう。風邪などをひかないように規則正しい生活をして体調を整えましょう。

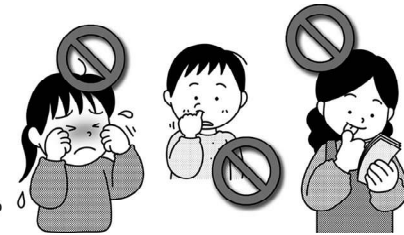
新型コロナウイルス感染症に関しては、日本国中での感染拡大が止まっていない状況です。鳥取県も、わずかずつではありますが、広がりを見せています。これまでと変わらず感染予防に努めましょう。

## 油断大敵！ うっかりしないで 感染症予防！



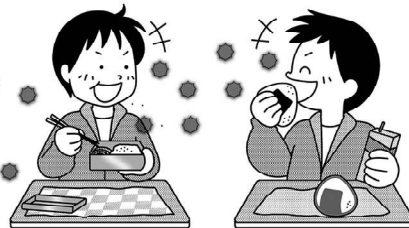
生活のあらゆる  
ところにウイルスが…

つい触ってしまう  
目・鼻・口…



## たくさんあります！ うっかり場面…

向かい合っ  
ていなくても  
近距離は  
危険！



## 学校での歯みがきについて

東京都の地下鉄の会社での歯みがきを通して新型コロナウイルス感染症のクラスターが発生したという報道がありました。東京都の保健所によると「歯磨きの際の唾液が付着した手で蛇口を触れたことにより、感染が広まった可能性が高い」との指摘を受けたということです。

この報道を聞き、学校ではどのように対策をしたらよいのか、薬剤師さんにも意見をうかがって次のように決めました。みなさん気をつけましょう。

- 歯みがきの前後で手のアルコール消毒を行う。
  - うがいは、低い位置でそうっと吐き出し、水を流す。
  - 歯みがきの時にも、密にならないように人との距離を取る。
  - 歯みがきの時には、しゃべらない。
- ※感染予防のため、しっかり守ってほしいと思います。

※寒い寒いと保健室に来室する人がいます。みなさん、ちゃんと下着を着ていますか？中には、半袖だけを着ているという人もいます。長袖の下着などを重ねて着たり、ズボンの下にもレギンスをはくなど、体が冷えない工夫をしましょう！