ほけんだより

令和２年５月　臨時号
愛知県立惟信高等学校　保健室

いよいよ長い休校を経て、ようやく登校が再開されます。これからの学校生活において、行ってほしいことについて再度載せます。

この頃は、一日の寒暖の差が激しいですね。今までのように家庭で過ごす一日とは異なり、生活を軌道に乗せるのは、心身ともに大変だと思われます。

感染に注意すること、体調を崩さないように規則正しい生活を送ることを心がけ、より良い学校生活をスタートさせましょうね。

- □　毎朝の検温をしてください。
- □　発熱等の風邪症状がみられるときは、自宅で休養してください。
- □　手洗いをこまめにしてください。
  （学校到着時には必ずしてください。）
- □　ウイルスに対する抵抗力を高めるために、栄養、休養、睡眠をきちんととりましょう。
- □　マスクは必ず着用して、咳エチケットを守りましょう。
  咳エチケット・・・（近距離での会話や発声等の際のマスクの使用）
- □　教室では、こまめな換気をしてください。

（愛知県新型コロナウイルス感染症に対応した学校再開ガイドラインより）

◎ マスクは、最初の登校日に一人一枚、布マスクを配布する予定です。

◎ 昼食を開始するのは、６月１日からです。
昼食時のマナーにも気を付けましょう。