

# 保健だより



三重大学教育学部附属中学校 保健室  
No.12 令和2年12月16日(水)

今年は with コロナの1年となりましたね。冬休みは行事もあり、友達と学校以外で過ごす場面が増えたり、家族で出かける機会も多くなったりして、気が緩んでしまいがちですが、引き続き感染症対策を心がけましょう。特に感染リスクが高まる場面には注意し、今行おうべきかよく考えて行動しましょう。



## 冬休み中も警戒しよう! 新型コロナウイルス感染症

気をつけよう! 感染リスクが高まる  
3つの場面

内閣官房省 新型コロナウイルス感染症対策ホームページ『感染リスクが高まる「5つの場面」』年末年始特設サイトを参考に、中学生のみなさんには3つの場面において注意を呼び掛けています。



### 場面① 大人数で長時間集まる場面

- ・狭い空間に、長時間、大人数(5人以上)で集まる
- ・大声や回し飲み、箸などを共用する



### 場面② マスクなしでの会話

- ・マスクなしに近距離で会話をする
- ・マスクなしでのカラオケなどをする
- ・車やバスで移動する際の車中でマスクを外す



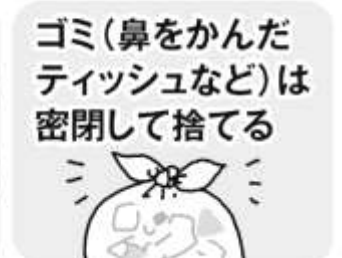
### 場面③ 居場所の切り替わり

- ・塾など習い事の休けい時間
- ・部活動の着替えや休けい、活動前後の時間





## 家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合の家庭での注意点



参考:日本環境感染学会「新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合の家庭内での注意事項」、厚生労働省「新型コロナウイルスに関するQ&A(一般の方向け)」

冬休み中も毎日決まった時間に検温をして、健康チェックカードに記録しましょう。カードを失ってしまった場合は、学校ホームページからダウンロードできます。印刷して活用してください。体調変化や行動など、いつもと変わったことがあれば、合わせて記録しておきましょう。

毎日記録を忘れずに！

日	曜日	体温	せき	鼻水	のどの	だるさ	その他	保護者
		熱感	くしゃみ	鼻づまり	いたみ		症状や理由	サイン
23	水	36.5℃					部活の試合	附属



健康チェックカードのダウンロードは、こちらのQRコード、学校ホームページ <http://www.fuzoku.edu.mie-u.ac.jp/chu/> からできます。



また、冬休み中も新型コロナウイルス感染症と診断された場合は、できるだけすみやかに学校に連絡してください。(休日・祝日および12月29日～1月4日の学校休業日、時間外を除く)

三重大学教育学部附属中学校 059-226-5281

## 3学期身体測定

1月12日(火) 放課後 1、2年生 希望者  
1月13日(水) 放課後 1～3年生 希望者

今年度最後の身体測定の機会です。成長や体のことで気になることがあれば、気軽に相談してくださいね。  
※身長だけ・体重だけでも測れます。  
※測定した人には結果の用紙を渡します。

