



みなさん、こんにちは！梅雨真っ只中ですね～。毎日じめじめした日々が続いていますが、体調は崩していませんか？？6月は、梅雨の影響もあり、疲れが出やすくなる頃です。いよいよ部活動も再開し、本格的に学校生活が始まった！と実感しますね。1年生は、新入部員として気合いが入りますね^^新しいクラスや環境に慣れることは、意外に時間がかかるものです。そんな時は、焦らず、ゆっくり慣れていけばいいと思います。自分なりのリフレッシュ方法を見つけて、体も心も元気に、あつ～い夏を乗り切ってくださいませよう～！！

～新型コロナウイルス感染症対策～ 最近、油断していませんか！？

「手洗いに勝る予防法なし！一番簡単で確実な感染症予防法です」

人が感染症にかかる原因の多くは、手に付着した細菌・ウイルス等が物品に付着し、そこからまた手を介して鼻や口、目から体内に入ることです。多くの細菌・ウイルス等は、手すり・エレベーターボタン・ドアノブなどを介して手から手へと拡がり、それが感染拡大のきっかけとなります。

つまり、手は見た目に汚れていなくても細菌・ウイルス等が付着している可能性があるため、石けんと流水を用いてきれいに洗い流す習慣をつけることが、感染対策の基本であり、最も重要な手段といえるのです。

【手洗いが不十分になりやすい場所】

手洗いの洗い残しが多いのは、爪、指先、指の間、親指と人差し指の間、手首です。

爪を短く切っておくことも必要です。

【手洗いのポイント】

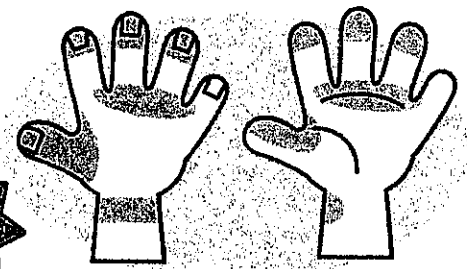
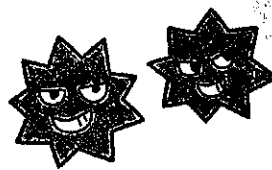
・石けんをしっかり泡立てて2の秒以上かけて洗う。
(ウイルスは泡で包まれて、皮膚からはがれ落ちます。)

・手洗い後は、自分の清潔なタオルやハンカチで拭く。

・食事の前、トイレのあと、外から帰ったあと、運動のあと、

マスクを触ったあとなどのタイミングで手洗いをしっかりすることを心がける。

**汚れが残り
やすい部分**



手のこう

手のひら

【延期になっていた各種検診について連絡です】※下記の項目以外は、現在調整中です。

・尿 (1次)・・・6/17 (水)・6/18 (木)・6/19 (金) 回収

・尿 (2次・未検査者)・・・7/8 (水)・7/9 (木) 回収

・内科検診・・・8/26 (水) 8/27 (木)

※歯科検診は、8月下旬以降予定となっています。

