



新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続いた39日間の夏休みでしたが、みなさんはどのように過ごしたでしょうか？新型コロナ感染症拡大防止に伴う緊急事態宣言が発令され、部活動も8月16日からは活動日数が週2日以内と縮小する対応となっております。検温・手洗い・マスク着用・換気・三密の回避等、感染力が強いデルタ株の急速な拡大を踏まえて、感染防止対策の徹底を改めてお願いします。

志木第二中学校
保健室
R3.8.30

2学期がはじまりました！

暑さもまだまだ続きます。早寝・早起き・朝ごはん等規則正しい生活を心がけましょう！

志木二中新型コロナウイルス感染症拡大防止対策ガイドライン

令和3年8月27日改訂 より抜粋

家庭における感染予防

- 毎日の検温（朝・夕）し「元気 志木っ子 健康チェック観察ノート」へ記入する。
 - 原則マスクを着用する。※不織布マスク推奨
 - 手洗い・うがいを徹底する。→ハンカチ・タオル持参
 - 次の場合は登校させない。→出席停止扱い →「登校届」の提出
 - ①風邪症状がある場合
(発熱・喉の痛み・咳・痰・鼻水・だるさ・息苦しさ・嗅覚味覚異常等)
 - ②同居している方に①の症状がある場合
- *2学期始業式～9月末まで、ジャージ・体育着登校可

9月の保健行事

*身体測定 8月31日(火)1限:2年 2限:3年 3限:1年
朝の会后 若駒

身体測定(身長・体重)+爪の検査

爪を切ってきましょう！服装は体育着+短パン



★正確に測定するため、「髪の毛の結び目を頭頂部や後頭部に作らないように結びましょう。

*2年歯科保健指導 9月16日(木)5・6限に予定していましたが、新型コロナウイルス感染防止対策のため、後日に延期されました。

コロナに負けない 暑さに負けない

熱中症予防に食事で水分補給！

熱中症予防の啓発活動に取り組む専門家は、「1日に必要な水分量の半分くらいは食事からとれる」と指摘しており、きちんと食事をとることの大切さを伝え続けています。その中でも、「朝食」の重要性を指摘しています。朝は、夜に失われた水分や塩分を補う大切な時間であり朝から食べるということが、熱中症対策にも重要であると言っています。

志木二中の保健室来室状況から、体調不良を訴えて来室生徒の中には、朝ごはんを食べる習慣のない生徒がいます。まだまだ、暑さは続きます。まずは何か一品、口にすることから始めてみましょう。(みそ汁やスープなどがおすすめです。)

もちろん、水筒を持参して水分補給をすることも重要です。部活動や体育のある日など汗をかく際は、スポーツドリンクを持参するなど塩分補給も忘れずに!!

新型コロナウイルスワクチン接種(志木市)

接種券発送及び予約開始スケジュール

7月1日現在

※予約開始時間は、開始日の午後1時ごろになります

現行発送日	対象年齢	予約開始日
6月28日(月)	60歳～64歳	6月29日(火)
7月5日(月)	55歳～59歳・高校3年生相当	7月6日(火)
7月12日(月)	50歳～54歳・中学3年生	7月13日(火)
7月19日(月)	45歳～49歳	7月20日(火)
	40歳～44歳	7月27日(火)
	35歳～39歳	8月3日(火)
7月26日(月)	30歳～34歳	8月11日(水)
	25歳～29歳	8月17日(火)
	20歳～24歳	8月24日(火)
	12歳～19歳	8月31日(火)

中学3年生は、7月13日(火)、中学1・2年生も8月31日(火)午後1時より新型コロナウイルスワクチン接種の予約が開始となります。電話又はインターネットでの予約になります。
*詳しくは志木市のホームページ等をご覧ください。



志木二中のAED自動体外式除細動器は、2台設置されています。職員室の中と、体育館ステージピアノの後ろの壁に、設置されています。いざという時に、使えるように設置場所を確認しましょう！



