



2学期がスタートし、2週間が経ちました。皆さん、元気ですか？疲れが出ていませんか？今年の夏は新型コロナウイルス感染拡大防止のためマスクも着用しています。そのため、さらに暑く感じているかもしれませんね。引き続き、感染症予防・熱中症予防に気を付け、城東祭に臨みましょう！

健康観察表について

毎日、検温・風邪症状などのCHECKはできていますか？
引き続き、朝・夕1日2回検温を行い、「健康観察記録表（9月分）」に記録しましょう。
感染レベルが引き上げられた場合「健康観察記録表」を提出してもらうことがあります。
そのような場合を想定し、9月分から、クリアファイルなどで保管しやすいA4サイズに変更しています。
※「健康観察記録表」は、医療機関を受診する際、経過をみることでありますので大切に保管してください。
※PCR検査を受ける場合、濃厚接触者に特定された場合、同居する家族が感染した場合は、速やかに学校へ連絡してください。



城東祭・体育祭について

【城東祭】

○飲食スペースにおける注意点

- ・飲食時以外はマスクを着用しましょう。
- ・手洗い、手指消毒をしましょう。
- ・私語は慎み、静かに利用しましょう。
- ・並ぶとき、飲食時は最低1m距離をとりましょう。



【体育祭】

体育祭の前日～当日

- ・しっかり睡眠をとる
- ・朝食は必ずとり、水分補給も忘れない
- ・体調不良の人は無理をしない

体育祭当日

～みんなでみんなを見守ろう！～

- ・調子が悪そうな人には「大丈夫？」と声をかけよう
- ・競技の前後には「水分補給しよう！」と声をかけよう
- ・疲れてきたら「ちょっと休もう！」と声をかけ、テントなどの日陰で休憩しよう

○熱中症予防を予防しよう

- ・帽子の着用(直射日光を防ぐだけで5～10℃前後頭の温度上昇を防ぐといわれています！)
- ・ネッククーラー(タオル・スカーフ)の使用
(水に濡らして使用することで、気化熱を利用し、涼感を得られます。また保冷剤を入れるタイプもあります。)
- ・休憩時間、昼食時間は教室でしっかり体を休めましょう。
- ・水分補給だけでなく、塩分の補給も意識しましょう。塩分チャージタブレットやイオン飲料などがおすすめです。
- ・人との距離が十分確保できる時は、マスクを外してもOKです。



○新型コロナウイルス感染症を予防しよう

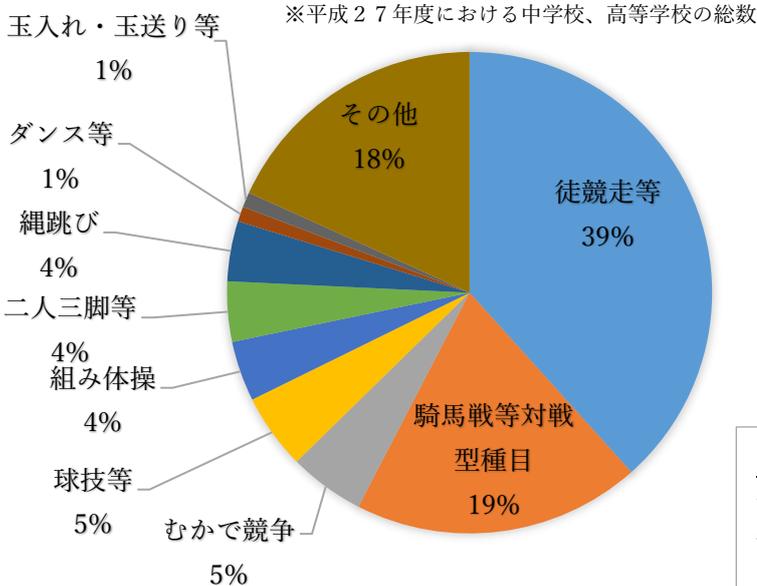
- ・各テント前にアルコール手指消毒液を設置します。競技の前後でしっかりと消毒してください。(基本は、手洗いです！)

～けがのない安全な体育祭にしましょう！～

どんなケガが起きているのでしょうか？

《体育祭中のケガの発生状況》

種目別内訳（総数10,928件）



※昨年度の城東高校体育祭において多かったケガ

①擦り傷②捻挫③打撲・切り傷でした！

◎擦り傷は、傷口を流水できれいに洗いましょう！

《ケガの事例》

リレー

体育大会でリレーに参加した。コーナーで他の生徒と接触し転倒した。その際左手を強く地面についた。
(高2/男子 骨折)

騎馬戦

運動会の学年種目の騎馬戦の練習をしていたとき、騎馬が崩れ、上に乗っていた本生徒が投げ出され、右手首を負傷した。
(中2/女子 脱臼)

むかで競争

体育祭のむかで競争の練習中、バランスを崩して転倒し、地面で右肘をすりむいた。
(中3/女子 皮膚疾患)

◎体育祭での競技中に限らず、事前の練習、休憩、準備、移動中などにもケガが発生しています！暑い日も続くので、休憩をとる、水分を飲むなどし、熱中症にも気を付けましょう！

学校環境衛生検査結果について

令和2年8月5日 10:00～6日 10:00（講義室A2）に、学校薬剤師の三谷先生に「室内空気中の化学物質測定」をして頂きました。（温度：最高31.0 最低：29.1）

| 測定項目 | 測定結果 | 室内濃度指針値 |
|----------|--------------|---------|
| ホルムアルデヒド | 0.028 ppm | 0.08 |
| トルエン | 0.007 ppm 未満 | 0.07 |

【結果】

ホルムアルデヒドは、わずかに検出されましたが、室内濃度指針値を下回っていました。トルエンは検出されませんでした。

しかし、気温などで室内濃度が変動する可能性があるため、十分な換気を実施し、よりよい室内環境を保持出来るよう努めましょう！

| 揮発性有機化合物 | 室内濃度指針値 | 発生源 | 人への影響 |
|----------|---|--------------------------------|---------------|
| ホルムアルデヒド | 100 $\mu\text{g} / \text{m}^3$ (0.08ppm) | 合板、PB、集成材、壁紙接着剤、 ガラス繊維断熱材など | 鼻・のどの粘膜を強く刺激 |
| トルエン | 260 $\mu\text{g} / \text{m}^3$ (0.07ppm) | 油性ニス、接着剤、木材保存剤など | 神経行動機能・生殖機能低下 |

参考）厚生労働省の指針

テーマ：『withコロナ時代を生きる』 『学校事故防止について』

日時：令和2年9月8日（火）

場所：保健室前

保健展

◎『学校事故防止について』のコーナーでは、学校周辺の地図を掲示しています。

登下校中に、「ケガをした」または「ケガをしそうになった」などの経験をした場所にシールを貼ってもらいます。どこが危険なのかを把握し、事故防止に役立てたいと考えています。

その他、保健に関する展示を行います。お友達を誘って、ぜひ来て下さい♪ スタンプラリーもあるよ♪

