

ほけんだより 2月

令和4年2月2日
上矢作中学校保健室



令和4年1月21日～2月13日まで、岐阜県にまん延防止等重点措置が適用されています。生徒の皆さんは、毎日感染症予防をしながら学校生活を送っています。1年間のまとめの時期となる3学期も、あと2か月となりました。睡眠、バランスの良い食事で生活リズムを整えて抵抗力をつけ、健康管理をして過ごしましょう。

2月の保健行事

- 9日(水) つめ・頭髪検査(全校)
3年生 体重想定
10日(木) 2年生 体重測定
14日(月) 1年生 体重測定
22日(火) HLP 生活調査

コロナウイルス感染症予防として、常時教室の窓を開けて授業を行っています。3学期も、引き続き体調管理をしていくためにも、必要に応じてひざ掛け等の防寒できるものを持参してください。また、上履きがスリッパのため足元が冷えやすくなります。厚手の靴下や重ね履き等をして防寒対策をしてください。

二酸化炭素濃度(CO₂)を1000ppm以下に保っています

生活部の生徒が、毎日休み時間に、二酸化炭素濃度測定器の数値を確認しています。3学期からはまん延防止措置が適用されたこともあり、学校薬剤師の指導を受け、教室内を1500ppm→1000ppm以下に保つように授業中も換気を意識して授業をしています。

学校環境衛生基準

1500ppm以下であることが望ましい

CO₂濃度

250～1000ppm	換気が十分実施されている屋内の通常値
1000～1500ppm	思考力、集中力が減少する
1000ppm	換気が必要
2000～5000ppm	換気の悪い部屋 (頭痛、眠気、倦怠感、注意散漫、心拍数の増加、吐き気の発生)

NITS 独立行政法人教職員支援機構 HP より



毎年、学校環境衛生活動に取り組んでいますが、今年度は、優秀活動校に選ばれました。今後も、学校環境衛生活動に努めていきたいと思っています。

いんじん りんごん みそ
ニシク しょうが カボチャ
ねぎ ニウ なつとう