

保健だより

令和4年10月28日
五所川原農林高等学校
保健室



紅葉も進み、すっかり秋らしい気候になりましたね。そしていよいよ五農祭！今年度はコロナ前に近い企画での開催となります。五農祭を安全に楽しむためにはみなさん一人ひとりの行動が重要です。マスク、手洗い、黙食等の感染防止対策、模擬店や展示等作業の際の安全対策などをしっかりとお願いします。また、毎日の検温と健康観察も徹底してくださいね、五農のみんなで五農祭を楽しみましょう！

文化祭中も 感染拡大防止対策をしっかりとしよう！

- これまでどおり、マスクの正しい着用、換気、手洗い、密をさける等の基本的な対策をしっかりとする。
- ステージ発表を鑑賞する際は**大声を出さない**。拍手等で盛り上げましょう。
- 飲食の際は**黙食**を心がける。食べ終わったらすぐにマスクをつけること。食べ終わった後、マスクを外したままおしゃべりしないように。
- ゴミは指定の場所に分別して捨ててください。模擬店で購入した飲食物の空き容器等はすべて模擬店会場（第2体育館）で回収となります。
= みなさん一人ひとりの行動で、安全な五農祭にしよう！ =

文化祭が
あります！

食中毒に注意しよう！

文化祭の模擬店等での飲食物の取扱いには細心の注意が必要です。食品の保存・下準備・調理・配膳・身だしなみ・手洗い・当日の体調には十分注意してください。コロナ禍でもありますので、健康管理と衛生管理はこれまで以上に徹底しましょう！

- 手や指に傷があり絆創膏などを貼っている人、発熱・腹痛など体調に異常がある人は**絶対に調理をしない**
- 爪は短く切る。マニキュアはしない
- 調理をする人と接客担当は、マスク、エプロン、キャスケットか三角巾を必ず着用する。トイレに行ったりする時は外していく。
- 髪の中の長い人は必ずまとめる
- ゴミの処理をする際は、使い捨て手袋を着用する

模擬店に携わるすべてのみなさんをお願いします。**手洗いをていねいにしましょう。**ハンドソープを使い、指の間、爪と指の間、手首までよく洗いましょう。洗った後は水でよく洗い流し、水分を完全に拭いてから手指消毒液を使い消毒をしましょう。

食中毒を防ぐためのチェックリスト

食品を扱う人には**安全性に気をつけなければならぬ責任があります。一人ひとりが責任を持って行動をしましょう。**

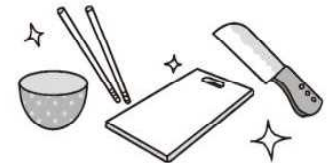
自分をCHECK

- 手を洗いましたか？（調理前、生ものを扱う前後、ペットに触った後などにも洗います）
- 吐き気や嘔吐、下痢はありませんか？



キッチンをCHECK

- 調理器具は清潔ですか？
- 食材や料理を常温で放置していませんか？
- 冷蔵庫に詰め込みすぎていませんか？



調理方法をCHECK

- 食材の中心までしっかり加熱していますか？（特に肉・魚・卵）
- 料理を途中で中断するときは、冷蔵庫へ入れていますか？



マスクの着用について

まだまだ続いているコロナ禍…。

最近ではテレビや新聞等で、ノーマスクで過ごす外国の人々の姿を目にすることもありますね。

日本国内では『マスクの着用については場面に応じて適切に着脱しましょう』という考え方のもと感染対策が行われています。学校においても同じです。決して自分勝手な解釈をせず、活動場所や活動場面に応じメリハリのあるマスクの着用を心がけましょう。

マスク着用のポイント



- 十分な人との距離（目安：2メートル）が保てない時はマスクを着用する
- 会話をする時はマスクを着用する
- 十分な換気など、感染防止対策が講じられていないような場面ではマスクを着用する
- 体育の授業や運動部活動の活動中、登下校の際は、感染対策上の工夫や配慮を行いながらマスクを外してもよい

…詳細は、右の厚生労働省のリーフレットを参考に！



マスクは鼻と口をしっかりと覆って正しく着用しましょう！

マスクの着用について

マスクについては、**場面に応じた適切な着脱**をお願いします。

屋外 季節を問わず、**マスク着用は原則不要**です。

！ 人との距離(めやす2m)が保てず、会話をする場合は着用をお願いします。



徒歩や自転車での通勤・通学など、人とすれ違う時も不要 距離を保って、会話をする際はマスクは不要



屋内 距離が確保でき会話をほとんど行わない場合をのぞき、**マスクの着用をお願いします。**



マスク着用推奨



十分な換気など感染防止対策を講じている場合は外すことも可

マスク着用推奨



距離が確保できず、会話をする時は着用

！ 人との距離(めやす2m)が保てて、会話をほとんど行わない場合は着用の必要ありません。

基本的な感染対策はメリハリをつけましょう。
高齢の方に会う時、病院に行く時、通勤ラッシュ時や人混みの中ではマスクを着用しましょう。



