



2月も中旬になり、春の暖かさを感じる日が増えてきました。

まだまだ、朝と晩は冷え込むため、寒さに負けず、元気に春を迎えられるように、生活習慣を整えながら、風邪に負けない丈夫な身体をつくっていきましょう！そして、たまには息抜きをして心も身体もリフレッシュしましょう！

学校教室環境衛生について



皆さん、学校教室環境衛生についてご存知ですか？

学校環境では、教室の空気に含まれている二酸化炭素濃度が問題の無いレベルか、黒板の文字を見るときには十分な明るさがあるか、授業の集中を妨げるような騒音はないかなどの検査を行っています。

本校では、2月7日(水)に学校薬剤師さんが来校され、学校環境衛生検査を実施しました。今回は照度検査と空気検査を行い、おおむね基準値内との結果でしたが、空気検査項目の「二酸化炭素」の値が基準値を大幅に超えていました。

皆さんが使っている教室では、十分に換気を行っていますか？？50分の授業の中で、1度も換気をせず、閉めきった状態で過ごしていると、教室内の二酸化炭素などが多くなり、**集中力の低下**や**免疫力の低下**に繋がるといわれています。特に冬場の湿度が低い状態では、感染リスクが高くなるため、室内からウイルスを排除するためにも換気を十分に行いましょう。

まだまだ寒い日が続いていますが、休み時間ごとに対角線上の窓と扉を開けるなど、こまめに換気を行い、集中力と免疫力を上げて元気に授業に臨みましょう！

学校環境衛生検査にご協力いただいた教室の皆さん、先生方ありがとうございました！！



<p>設定温度を高くしすぎない</p>  <p>室温は、 18~20℃を 保つように…。</p>	<p>頭寒足熱…</p>  <p>足もとをあたためるように すると、からだ全体が あたたかくなるよ。</p>
<p>換気を心がける</p>  <p>1時間に1回は、 窓を開けて 空気の入れかえを…。</p>	<p>湿度を保つ</p>  <p>加湿器がなくても、コップ¹ 1杯の水を近くに置いたり、 洗たくものを干すことで 部屋の湿度を保てます。</p>

