

ほけんだより

令和2年度 NO.1

4月30日 横浜創英中学・高等学校 保健室



☆入学・進級おめでとうございます☆

まだまだ寒暖の差が大きく、強風や急な雨など天気の変化が激しいですが、緑が豊かになり春の花がきれいに咲く季節になりました。しかし、休校が続いてしまい、みなさんが不安になっているのではと心配しています。ぜひ計画を立て、目標に向け、充実した時間を過ごしてください。

《保健室とカウンセリングルームのご紹介》

保 健 室

場 所：本館2階（職員室前）

養護教諭：ちだ かすよ きくち まい
千田 和代・菊池 茉愛

カウンセリングルーム

場 所：仮設校舎1階（校舎の外から出入りできます）

カウンセラー：おおもり ゆき たむら いくえ
大森 由紀・田村 郁衣

《お知らせ》

政府から、学校の生徒の皆さんに「布ガーゼマスク」が送られてくることになっています。このマスクは洗って繰り返し使用できるものですので、活用してください。

●布マスクの洗い方●



「経済産業省 布マスク 洗い方」で検索！

【準備する物】

- ①洗濯用洗剤 ②塩素系漂白剤 ③清潔なタオル ④おけ ⑤手袋（台所用や使い捨て）

【手順】

- 1) おけに洗濯用洗剤を入れ、手で混ぜて溶かしマスクを10分浸す

※2Lの水に対して0.7gくらい洗剤を入れます



- 2) 10分後軽く押し洗いし、おけの水を捨て水道水を入れすすぐ

※もみ洗いはしない！



- 3) 水気を軽く切る

- 4) 手袋を着け、塩素系漂白剤に10分浸す

※1Lに対して15mlくらい入れます



- 5) 水道水ですすぐ

- 6) 清潔なタオルでポンポンと叩きながら水気をとる

- 7) 日陰で乾かす



※1日1回洗濯をする
※マスクが縮んでも品質には
問題ありません