

# ほけんだより

みなさん、新生活はいかがでしょう？愛知県も新型コロナウイルス感染症の罹患者が増加し、第4波が到来しているといわれています。ゴールデンウィーク中も不要不急の外出を控え、一人一人が感染に対する予防意識を持ち、健康的な高専生活を送れるようにしましょう！

## まん延防止等重点措置発令中

### 1. Forms を活用した『健康調査』について

毎朝、保健室から全学生へ依頼メールを配信しています。検温結果及び健康状態を必ず入力してください。平日は登校前に、休日も毎朝必ず入力してください。

体調不良の場合は、登校をせず、必ず指導教員へ欠席連絡をしてください。

### 2. 食堂の利用について

寮学生の大幅な削減に伴い、一般食堂の利用者が増えています。一般食堂は、座席数が少ないため、できるだけお弁当を持参してください。食堂は換気がしにくく、食事中はマスクを外すため一般食堂・寮食堂を利用する学生は『黙食』とし、15分以内を目安に昼食を取ってください。

### 3. アルコールでの手指消毒について

教室や廊下等にアルコールが設置してあります。各教室へ入る時などは必ず消毒をしてください。また、消毒液がなくなった際は、各学科の先生に連絡しアルコールを補充してもらうか、保健室までアルコールの容器を持ってきてください。その他、教室等の清掃用の物品がなくなった場合も保健室まで取りに来てください。

## 校長めしのコーナー

校長先生も、手作り弁当をご持参と聞きお昼にお邪魔しました。メニューは、「カプレーゼ・パスタ・リゾット」でした。パスタは、しらすや残り野菜を活用して栄養満点でした。リゾットも、あまり温野菜にご飯、チーズ、コンソメを入れて煮込むだけだそうです。どの料理も美味しかったです！校長先生、ご馳走様でした！



## 保健室看護師が回答します！ 『健康調査』Q&A



なぜ、毎日入力する必要があるのですか？

健康状態を確認し、学内での感染を予防するためです。土日祝も入力してください。お手数をおかけしますがよろしくお願いします。

12:46  
既読



携帯で入力できませんでした。どうすればよいですか？

登校後、図書館かICTセキュリティセンターにあるパソコンから入力し授業へ参加してください。

16:35  
既読



健康調査は誰が確認していますか？

保健室の看護師、指導教員、寮担当の先生、部活動の先生などの教職員が確認しています。

17:00  
既読

## お弁当…作ってみませんか？

新型コロナウイルス感染症や風邪に罹患しないためには、**免疫力の向上が大切です！**免疫力は食事に含まれる栄養素（タンパク質・ビタミン類など）を摂取することで高めることができます。自炊力を高め、自分の健康は自分で守れるようにできると良いですね。引き続き「ほけんだより」では、学生・教職員の「手作り弁当」を紹介したいと思います。「自慢のお弁当」を紹介しても良いという方は、ぜひ、保健室までご連絡下さいね!! ([hoken@toyota-ct.ac.jp](mailto:hoken@toyota-ct.ac.jp))