

新型コロナウイルス感染症の予防について

5月7日まで。変更可能性あり

【普段の生活で気を付けること】

1 石鹸での手洗い（20～30秒）・手指消毒

洗うタイミングは、登校後、教室へ入る前、食事前、トイレ後、体育後、部活後、帰宅時 等

★外から帰ってきた時、他の人も触るところや、他の人のものに触れた時、顔に触れた前後にも。

★ドアノブや階段の手すりなど、触らないで済むところは触らない工夫をしましょう。

2 密閉・密集・密接を避ける

換気の悪い密閉空間、多数が集まる密集場所、間近で会話や発声をする密接場面を避ける。

3 咳エチケット

咳やくしゃみは手で覆わず肘や腕で口を覆う。咳やくしゃみの際に使用したティッシュ、鼻をかんだティッシュはビニール袋などに入れて、口をしばって持ち帰る。

4 マスクの着用が必要と思われる場合

登下校時等に混雑した電車やバスを利用する場合や、医療機関・高齢者施設等を訪問する場合にはマスクの着用が推奨される。また、感染症流行時や、自身に症状がある時にマスクを着用することは、感染を広げないために有効であると思われる。（マスクは、不織布のマスクが最も効果が高いと言われている） *感染が大きく拡大している場合には、一時的に場面に応じた適切なマスクの着用を広く呼び掛けるなど、より強い感染対策を求めることがあります。

5 教室や昇降口に設置したアルコールの活用

6 顔に触らない（目、鼻、口から感染をしたり、触った手から感染を広げてしまうことがあります。）

7 ハンカチ、タオル、飲み物等は各自持参し、共有はしない

8 十分な睡眠、バランスのとれた食事、適度な運動をし、免疫力を高める生活を心がける。

【学校生活に関するお願い】

1 登校前の検温と健康観察の実施

登校前に必ず家庭にて検温と健康観察をし、classi アンケートに入力する。登校後、昇降口にサーモカメラがあるので、加えて検温する。忘れてしまったら、教室の体温計で測りましょう。（体調チェックにも役立ててください）

2 朝の時点で体調がすぐれない人は登校しない

発熱や咳、のどの痛み等風邪症状、嗅覚・味覚障害、倦怠感、息苦しさなどがある場合には、登校を見合わせましょう。いつもと様子が違い、感染症が疑わしい場合には出席停止（欠席扱いではない）となります。症状がなくなり登校する際には、欠席届に捺印して提出してください。

濃厚接触者及び学校生活の中で感染リスクが高いとされた生徒は出席停止となります。

3 登校後も症状が現れた場合は無理をしない

登校後も風邪症状等が出てきた人は保健室へ来てください。授業中でも、同様です。

4 教室の換気（みんなで協力しましょう）

①常時換気：廊下側と窓側の窓を対角線に開ける。10～20 cm程度。

廊下の窓も開ける。気候が良ければできるだけ多くの窓を開放する。

②休み時間ごとに窓を開ける ③換気扇を回す、空気清浄機を使う

*可能な限りすべて行う。気候上①が難しい場合には30分に1回以上、数分程度窓を全開にする。

*各教室にCO₂モニターがあります。1000ppmを超える場合には大きく窓を開けて換気をしてください。

グループワーク等は、大声で話すのは控えましょう。対面で近距離の会話はなるべく控えますが、特に大声は控えてください。

5 原則昼食は教室の自席で前を向いてとり、換気を適切にし、

大声の会話は控える

デスクシールドは適宜活用してください。

6 清掃時、ドア取手周囲、スイッチ等多くの人が触れる場所の消毒

各教室：ドアの取っ手、スイッチ等

トイレ：ドアの取っ手・鍵、スイッチ、ペーパーホルダー、洗浄レバー等

その他：階段の手すり、自動販売機のスイッチなど

→アルコールスプレーを使い、ペーパーでふき取る。スイッチには直接スプレーしない。アルコールは、教室設置、各階廊下設置のものを使用してください。

★教室のドアは開けたままにしておくなど、人が触れる機会を減らす工夫をしましょう。

部活動時の注意点

1. 体調が悪いときには参加しない、健康観察の徹底
2. 部活前・部活後の手洗い、部活中の換気の徹底
3. 部室や更衣室は少人数で静かに使い、密を避ける
4. 食事は換気の良いところで大声を出さずとる
5. ドリンク等の回し飲みはしない

歯みがきについて

歯磨きの際には口を結んで行う。少なめの水で静かにすすぐ。水道では密にならず、順番を待つ場合間隔をとって並ぶ。

手洗いのポイント この部分はこう洗おう!



おさらいしよう! マスクの使い方

着け方 (一般的な不織布マスク)



外し方・捨て方

