

『新型コロナウイルス感染症』予防のために

学校が再開し、ほっとした人がほとんどだと思います。しかし、ほっとした時に私たちは大切な注意を忘れてしまいがちです。うっかり、油断をしてしまうことがあります。学校再開後も、今まで以上に感染予防に努めましょう。

～感染予防のための注意事項～

～「新しい生活様式」より～

登校前

- 1 自宅で検温を行う。
- 2 健康観察を行い、個人記録表に記入する。
- 3 発熱、風邪等の症状がある場合は、自宅で休養をする。(欠席にはなりません)



学校生活

- 1 頻りに手洗いを行う。(手は石鹸で丁寧に洗う)
- 2 教室の換気をする。
- 3 咳エチケットを心がける。
- 4 マスクを着用する。(体育の授業は先生の指示に従う)
- 5 人と会話をする時は、真正面での会話を避ける。
また、近づき過ぎないように気をつける。
- 6 友人との身体的距離の確保(できるだけ2m空ける)
- 7 校内では、衝突・飛沫感染防止のために、右側通行を心掛ける。
- 8 昼食時間は当分の間、座席の間隔をあげ、対面せず、黒板の方を向いて静かに食べる。
- 9 食べ物・飲み物を回して食べたり飲んだりしない。
- 10 冷水機の使用はできないので、各自飲み物を持参する。

毎朝、起床時に
検温をしよう。



うつらない!
うつさない!

その他

- 1 体の免疫力を高める。
 - 1) 栄養をとる。(バランス良く食事をとる)
 - 2) 睡眠時間を十分にとり、規則正しい生活をする。
- 2 **3密(密閉空間・密集場所・密接場面)はクラスター(集団感染)発生のリスクが高いので、十分気をつける。**
- 3 体調が悪く病院等を受診する場合は、事前に医療機関に電話で相談をして受診する。

生活リズムを整えよう!

休校期間が長かったため、生活リズムが不規則になってしまっている人もいますので・・・

- 1 朝は早めに起床をして朝食をしっかり食べ、ゆとりを持って登校する。
- 2 登下校の際は交通ルールを守り、事故に遭わないよう気をつける。(1年生は、まだ通学路に慣れていないので、特に注意をしてください。)
- 3 夜は早めに就寝する。免疫力をつけるため、睡眠時間を十分にとる。
- 4 朝、晩の気温の変化が激しい時期なので、体調管理に注意する。また、日中は気温が上昇し、熱中症にかかりやすいため、こまめに水分補給を行う。