



学校の新しい生活様式

学校が始まったとはいえ、新型コロナウイルスが消えてなくなったものではありません。新型コロナウイルスと共に生きていく社会を前提として、手洗いや咳エチケット、換気と言った基本的な感染症対策に加えて、感染拡大リスクが高い「3つの密」を避けるための身体的距離の確保（ソーシャルディスタンス）といった新しい生活様式を取り入れていく必要があります。免疫力を高め、健康な体作りと、かからない・うつさないための生活を学校でも家庭でも実践し、感染が広がらないようにしていきましょう。

I。登校前に健康状態を確認しましょう（注意：検温や健康観察表を忘れている人がいます！）

必ず朝、自宅で検温をして、「健康観察表」に記入し、持ってきて下さい。

登校時に、発熱や37.5℃以上、倦怠感（全身のだるさ）、呼吸困難（息苦しさ）、のどの痛み、咳等の風邪症状及び、嗅覚・味覚異常・下痢症状がある場合自宅で休養しましょう。

II。咳エチケットを守りましょう

咳・くしゃみをするときは、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻を押さえましょう。



3月からの長い臨時休校が終わり、6月から分散登校が始まりました。身体も心も学校モードへ変わってきましたか？1年生は中学校のリズムに慣れてきたでしょうか？いよいよ15日から通常の登校で、給食や部活も始まります。翌日に疲れを残さないように早く寝て、朝ごはんは必ず食べてください。また、これから梅雨を迎え、暑い夏になっていきます。少しずつ体を動かし、汗をかいて、暑さに慣れていくことも大切です。クーラーや扇風機の使い方（風が直接当たらないように・設定温度確認）に十分気をつけてくださいね。

III。手洗いを徹底しましょう

手洗いは30秒ほどかけて、水と石けんで丁寧に洗います。手を拭くタオルやハンカチは個人持ちとして、共用はしないようにしましょう。固形石けんを使う場合は、しっかり水で流して、十分に泡立てて洗って下さい。

感染症予防 みんなで洗おう 正しく洗おう



手指消毒液（限りがあります）にたよらず、まずは手洗いをしっかり！！



手洗いの6つのタイミング



IV. 正しいマスクの付け方



外すときは、ヒモだけを持つ

★マスクが汚れたり、ひもが切れたりすることがありますので、余分に1枚ビニール袋に入れて、カバンの中に入れておいてください。忘れたとき助かりますよ。

★基本的に常時マスク着用が望ましいですが、息苦しくなったら、まわりの人と十分距離をあけて、外すようにして下さい。



★体育や給食で、マスクを外すときは、ビニール袋等に入れて保管しましょう。ビニール袋等を忘れずに持ってきてください。
★マスクは、学校で捨てず、家に持ち帰ってください。

ソーシャルディスタンス



できるだけ
2メートル程度
(最低1 m)

V. 3つの密を避けましょう



VI. 保健室の利用について

- ◎保健室を利用するときは、必ず担任または学年の先生に許可を得て、「保健室利用カード」に書いてもらってから、自分で保健室に来て下さい。(保健委員の付き添いはしません) 自分で行けないときは、先生と一緒に来て下さい。それと同時に、クラスの友達に保健室へ行くことも伝えておきましょう。(南中の保健室は職員室と離れているので、だまって保健室に来室すると所在不明になり、授業の先生や友達に迷惑がかかります。)
- ◎来室する時はなるべく**休み時間**にしましょう。
- ◎保健室での休養は原則なしとします。ただし、ケガや運動による体調不良(熱中症の疑い等)、月経痛等原因がはっきりしている場合は休養します。1時間の休養で回復しない時は早退します。
- ◎体調不良の時は、保健室前廊下で検温し、発熱の有無にかかわらず授業が受けられない場合は、家庭連絡し早退します。
- ◎37℃以上の発熱および風邪症状 6 項目の症状がなく、授業可能な場合は教室で経過観察します。(現在のところ、発熱がなくても風邪症状がある場合は早退となります。)
- ◎早退で家庭連絡待ちや保護者のお迎え待ちの場合は、南館 1 階調理室前の保健室控えのスペースで待機休養します。
- ◎保健室は薬局ではないので内服薬はありません。必要最低限の応急処置だけになります。継続的な処置が必要な場合や学校外での傷病については家庭で行って下さい。
- ◎保健室にきたら「利用連絡カード」を書いて渡しますので、必ず担任か教科担任の先生に渡してください。
- ◎保健室に用事がある人は、入り口のところで、必ず声をかけてください。直接、入らないようにして下さい。

VII. 健康に過ごすための持ち物

- ①健康観察表(検温・おうちの方のサインを忘れずに)
- ②お茶(多めにもってきましょう)
- ③必要に応じて、スポーツドリンク(熱中症予防)(空ボトルは持って帰ります)
- ②手を拭くためのハンカチやタオル(洗濯したきれいな物を)
- ③マスク(予備に1枚をカバンの中へ入れておきましょう)
- ④マスクを外したときに入れるビニール袋

保護者の方へ：内科・歯科・耳鼻科(1年)・脊柱健診(1年)、心臓健診・尿検査が2学期以降になりました。健診が遅くなりますので、健康面でご心配がある場合は、学校での健診を待たず、医療機関を受診して下さいますようよろしくお願いします。