

新型コロナウイルス感染予防に向けて

新型コロナウイルス感染予防のために、大切なポイントをまとめました。「感染しない・させない」という意識を持ち、今まで以上に、感染予防に努めていきましょう。

1 健康状態のチェックと免疫力の維持

- (1) 毎朝自宅等で健康観察・検温を行い、発熱等の風邪症状がみられる場合には、自宅等で休養する。(発熱が続いたり味覚異常があったりする場合は病院で受診する)
- (2) 十分な睡眠、適度な運動、バランスの取れた食事を心がけ、常に免疫力を高めておく。

2 登下校時の感染症対策

- (1) 複数人での登校時や周囲に人がいる場合、必ずマスクを着用する。
- (2) JR・バス通学生は車内では必ずマスクを着用し、会話は控える。
- (3) 学校または自宅等に到着したら、まず手洗いをを行う。

3 学校における感染症対策

- (1) 近距離での会話や発声の際は、必ずマスクを着用する。
- (2) 教室のこまめな換気を行う(教室の窓の対角を開けておく)。
- (3) こまめな手洗いをを行う。
- (4) 大声を出すなど、飛沫を周囲に飛ばす行為は慎む。
- (5) 食事の際はなるべく対面にならないように座り、会話は控える。

4 部活動における感染症対策

- (1) 更衣室等の換気や近距離での会話や発声の際は、必ずマスクを着用する。
- (2) 体育館や教室など、屋内で実施する部活動については、常にドアや窓を広く開け、換気を行う。
- (3) 密集して行う活動や接触する場面が多い活動、向かい合って発声する活動は可能な限り避ける。
- (4) 練習前後の手洗いを徹底する。
- (5) 部活動終了後は、まっすぐに自宅に帰る。

5 日常における感染症対策、その他

- (1) 普段の生活においても、マスクを着用し、ソーシャルディスタンスを確保する。
- (2) クラスター発生のおそれの高い施設や三つの密(密閉・密集・密接)のある場を徹底的に避ける。
- (3) 新型コロナウイルスに関して不安なことがある場合、一人で抱え込まず、遠慮なく先生方に相談する。
- (4) 感染に関係する偏見や差別は、断じて許されないことを肝に銘じておく。