

## 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。