

生徒の皆さんへ

新型コロナウイルス感染症対策

保健室

1 感染症対策

《家庭》

- ・ 登校前には必ず家庭で体温測定をし、毎朝 SHR で健康チェックシートに記入し、と風邪症状がないことを確認
- ・ 手を拭く清潔なタオルやハンカチ、マスクの持参
- ・ 外から中に入る時、トイレの後、食事の前後など、こまめな手洗い

《登下校》

- ・ 清潔なマスクの着用、咳エチケット
- ・ 教室に入る前、トイレの後、マスクの表面を触った後の手洗い、アルコール消毒

《授業》

- ・ 授業終了後、教室の対角線の窓を広く開け、教室全体を換気
- ・ 換気の程度は天気や教室の場所で異なるため、授業中も対角線上の窓を開けておくことが望ましい（必ずしも広く開ける必要はない）
- ・ 1時間に1回、5～10分程度

2 その他

- ・ こまめに手洗いをしていると、手荒れすることがあります。手洗いと手の保湿はセットにして実施しましょう。
- ・ マスクを付けているときも、咳やくしゃみをするとうイルスは外に出てしまいます。咳やくしゃみをするときは、肘など（手以外のところ）を使うなどの咳エチケットを心がけましょう。
- ・ 学校のマスクの数には限りがあります。当面の間は、引き続き布製マスクの使用や、各家庭でマスクの作成・使用をお願いします。
- ・ 新型コロナウイルス感染症の拡大防止に伴い、生徒のみなさんはストレスを抱えている場面も多いと思います。不安や心配事、気になることは、担任の先生やスクールライフアドバイザーの先生など、話しやすい先生に遠慮なく相談してください。

《参考》

- 佐久医師会 教えて！ドクタープロジェクトより
https://oshiete-dr.net/pdf/2020COVID2019_mask.pdf
- マスクの作り方（文部科学省ホームページ「子供の学び応援サイト」内）
https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html#masuku
- やってみよう！新型コロナウイルス感染症対策 みんなでできること（文部科学省）
<https://www.youtube.com/watch?v=WRhp0ZGVh0U>