

# 令和2年度2学期始業式 保健室から

令和2年8月18日

新学期が始まるにあたり、新型コロナウイルス感染症の対策についても一度確認したいと思います。自分は出来ているか、各自で振り返ってみてください。

## ①朝の検温、健康観察カードの提出

毎朝家で検温をして健康観察カードを書いて提出している人がほとんどですが、中には、本当は計ってないけど嘘を書いて提出したという生徒も見られました。毎朝検温をして健康観察カードを書くことを、2学期は1学期よりも確実にお願いします。

## ②朝の検温をして、発熱などの風邪症状がある場合

朝の検温をして、発熱や咳・鼻水・のどの痛み、体のだるさ等の風邪の症状がある場合は学校を休んでください。中には、風邪症状はあるけど熱はないから学校に来たという生徒も見られますが、熱があるときはもちろん、熱がなくても風邪の症状「咳・鼻水・のどの痛み、体のだるさ」のどれかがある場合には、担任や事務に連絡をして、必ず学校を休んでください。その場合、特別欠席になる場合もあります。また、家族などの身近な人がPCR検査を受ける場合も、担任や事務に連絡をして、必ず学校を休んでください。

## ③手洗い・手指消毒用アルコール消毒液を用いた消毒

「6つのタイミング」での石鹸を使った手洗いを徹底してください。(1)外から教室に入る時、(2)咳やくしゃみをした後や鼻をかんだ後、(3)昼食の前後、(4)掃除の後、(5)トイレの後、(6)共有のものを触った時 が6つのタイミングです。手洗いの方法は各トイレの洗面に貼ってあるので、見ながら手を洗ってください。

アルコール消毒液を使った消毒は、石鹸を使った手洗いの後に行うとよりウイルスを死滅させることができるといわれているので、手洗い後にハンカチでしっかり水けを取った後行ってください。

## ④ソーシャルディスタンス

ソーシャルディスタンスを特に意識しないといけない場面は、昼食の時、休憩中、登下校の間です。昼食はマスクを取らなければならない、感染のリスクが非常に高い場面です。昼食の時は、食堂のように仕切りがないところでは、向かい合ったり近くで食事をしたり会話をしたりせず、食べ終わってマスクをつけてから会話するようにしてください。休憩中は、マスクを着けてから会話をしたり、互いに近づきすぎないようにしましょう。登下校の際は、他の人と2メートルを目安に距離を取り、それが難しい場合は必ずマスクをして下さい。

## ⑤マスクの着用・熱中症

学校内では基本的に常時着用してください。広島駅は全国から来た人が行き交う所なので、必ず着用してください。しかし今の季節は熱中症のリスクがあるので、体育の時や登下校中周りに人がいない時は外しても大丈夫です。今は着けないといけないのか、外してもいい時なのか各自で判断して、自分の身は自分で守れるようにしましょう。

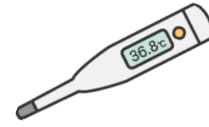
朝の検温と健康観察カードの提出、発熱や風邪症状がある時は休む、手洗い・アルコール消毒、ソーシャルディスタンスの確保、マスクの着用と熱中症対策、以上5点を守りましょう。自分がどう見られているか、高校生として自覚ある行動を心がけましょう。

# 新型コロナウイルス感染症対策について

令和2年8月18日 保健室

## ①朝の検温、健康観察カードの提出

毎朝家で検温をして、健康観察カードに書いて担任に提出しましょう。



## ②発熱や風邪症状がある場合

発熱(平熱+1.0度または37.5度以上)や咳・鼻水・のどの痛み、体のだるさ等の風邪症状のどれか一つでもある場合は、担任や事務に連絡をして、必ず学校を休んでください。その場合、特別欠席になる場合もあります。また、家族などの身近な人がPCR検査を受ける場合も、担任や事務に連絡をして、必ず学校を休んでください。

体調不良の時は休みましょう

発熱  
咳  
鼻水  
体のだるさ  
のどの痛み



## ③手洗い・手の消毒

### 手洗いの6つのタイミング

- (1)外から教室に入る時
- (2)咳やくしゃみをした後や鼻をかんだ後
- (3)昼食の前後
- (4)掃除の後
- (5)トイレの後
- (6)共有のものを触った時

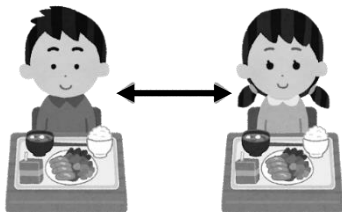
手洗い後、ハンカチでしっかり水けを取ってからアルコール消毒液で消毒すると、よりウイルスを死滅させられます。

かぜなどの感染症をふせぐ **手の洗い方** ゆっくり丁寧に30秒くらい2度洗いも効果的です

- ①水を流しながら手を洗う
- ②石けんをつけてよく泡立てる
- ③手のひらをこすりあわせて洗う
- ④手のこをこすりあわせて洗う
- ⑤指のあいだを洗う
- ⑥親指をねじり洗います
- ⑦指先を手のひらにこするように洗う
- ⑧手首も忘れずに洗う
- ⑨水を流しながら、しっかりと泡を落とす
- ⑩清潔なタオル、ハンカチでよくふく

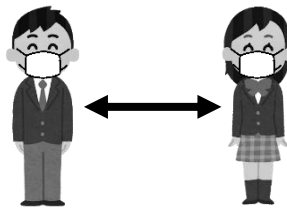
## ④ソーシャルディスタンスを保つ

ソーシャルディスタンスを特に意識しないといけない場面は、昼食の時、休憩中、登下校です。



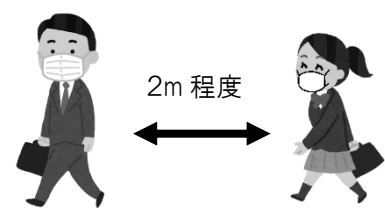
### ○昼食

向かい合わず、静かに食べ、食事後マスクを着けてから会話する。  
※仕切りのある食堂を除く



### ○休憩中

互いに近づきすぎないようにする。



### ○登下校

他の人と2m程度距離を取る。難しい場合は必ずマスク着用。

## ⑤マスクの着用と熱中症

- ・学校内…基本的に常時着用(昼食時や体育の授業を除く)。
- ・広島駅等の駅周辺…特に広島駅は全国から来た人が行きかう所なので、必ず着用。

※今の季節は熱中症の危険性もあるため、体育の時や登下校中周りに人がいない時は外しても大丈夫です。今は着けないといけなのか、外してもいい時なのか各自で判断して、自分の身は自分で守れるようにしましょう。