

◆春季休業中 感染防止対策の徹底について <生徒のみなさんへ>

2021.3.19

保健室

岡山県では新型コロナウイルス感染者が減少していますが、全国的には緊急事態宣言が出ている都道府県もあり、引き続き注意が必要です。これから春季休業に入りますが、家庭でも引き続き新型コロナウイルス感染症予防の徹底をお願いします。家庭内での感染拡大を防ぐため、症状がある場合は速やかに検査を受け、医師の指示に従って生活しましょう。

◇毎朝の検温・健康観察を徹底する!

休業中も、毎朝の検温・健康観察を続けてください。発熱や風邪症状、強い倦怠感、寒気、味覚障害、嗅覚障害等がある場合は、発熱していない場合でも自宅休養しましょう。

受診する場合には事前に医療機関に連絡してください。

登校する場合→終業式以降は入力できません。

- ・3/22～の補習（4、5年生）→毎朝、各自で「感染症予防のための健康観察<生徒記入用>」用紙へ体温、健康観察結果を記入する。
- ・部活動、その他で登校する場合→登校後、口頭で顧問・担当の先生へ報告する。

発熱・風邪症状等がある場合は自宅休養

◇マスク着用と手洗いを徹底する!

休業中も引き続き外出時のマスク着用、外出後の手洗い・うがいを徹底してください。外出先で手洗いができない場合に備え、消毒液やアルコールティッシュ等を携帯するとよいでしょう。

◇不要不急の外出を避ける! なるべく人込みに出ないようにする!

無症状や症状が軽い人が、感染に気付かないまま街を出歩いて感染を拡大させている可能性があります。そのような中で外出すると、自分自身が感染し、家族に感染させてしまう可能性があります。



* 外出する場合には *

- ・マスクを必ず着用する。
- ・人との距離を十分とる。（1 m以上）
- ・外出後は必ず手洗い、うがいをする。手指のアルコール消毒を励行する。
- ・カラオケボックス、ライブハウス等には出入りしない。（狭い/換気しにくい/声を出す）
- ・感染者が多い地域に行かない。

●旅行等について

- ➔不要不急の旅行、特定都道府県・感染拡大地域への旅行は慎重に検討する。
やむを得ず実施する場合は、3密を避けるため平日に。大人数での旅行は避ける。

◇長時間、大人数での飲食を控える!

春季休業中、友人宅や店舗等において、長時間、大人数で飲食を行うということは控えること。

度々、クラスターの発生が報道されています。

→やむを得ない場合は、短時間、少人数で!

人込みでの会食は感染につながる可能性があるため、なるべく店舗等での飲食は避ける。

友人宅でも会話をする場合はマスク着用で。

どんな場面でも、飲食をしながら会話をしない。会話をする場合はマスクを着用してから。



◇免疫力アップのため、生活リズムを整える!

不規則な生活をしていると、心身に過剰なストレスがかかり、免疫力が低下してしまいます。

- ・毎朝、登校時と同じ時刻に起きて活動を始める。
- ・毎晩、決まった時刻に就寝し、十分な睡眠をとる。
- ・朝食、昼食、夕食を決まった時間に、栄養がある食事を摂る。(自分でも調理を。)
- ・適度に体を動かす。

◇PCR検査等を受検した場合は早急に学校へ連絡を!

PCR検査等を受検した場合には、早急に学校まで連絡をお願いします。

*PCR検査等を受検した場合の連絡先

- ・平日(月～金) 18時30分まで
学校(担任・学年団・保健室) 086-255-5013
- ・平日18時30分以降、土、日、祝日
学校携帯(前期) 090-5703-0687
学校携帯(後期) 090-5703-3121

◇その他

○換気について

家庭でも定期的に窓を開け、適切に換気をしてください。

2方向の窓を開けると効果的です。

○正しい情報に基づく行動や誹謗中傷しないことをお願い

- ・コロナの正しい情報に関心を持ってください。正しい情報に基づいて行動し、不確かな情報に惑わされないようにしてください。
- ・新型コロナウイルス感染症は誰でも感染する可能性があります。感染された方やその御家族、医療関係者への誹謗中傷は絶対に行わないでください。

新任式・退任式(4月7日)についてお願い

◆必ず登校前に検温・健康観察を実施してください。

その際、発熱や風邪症状等がある場合は登校を控えるようにしてください。(熱がなく、風邪症状のみの場合も。)

◆必ずマスクを着用して登校してください。

入力できません。朝 SHR で用紙へ記入してもらいます。4/8以降もG-suiteへの入力ができるようになるまでは用紙への記入になります。