

## ◆夏季休業中 感染防止対策の徹底について <生徒・保護者のみなさんへ>

2022.7.22

保健室

これから夏季休業に入りますが、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。全国で再び感染が拡大しています。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。**生徒本人及び同居の家族に風邪症状（倦怠感、咽頭痛等）がある場合は、発熱等がなくても、自宅休養しましょう。**

**全員が登校する場合**→入力は、**8：00までに！**

・7/25～28、8/17～19の補習（後期）、8/22～26（前期：夏季特別授業、後期：補習）、6年模試で登校する場合→通常通り入力後に登校。

・部活動、その他で登校する場合→入力しなくてもよい。

（登校後、口頭で顧問・担当の先生へ報告）

**発熱・風邪症状等がある場合は自宅休養**

### ◇外出する時に注意すること！【熱中症にも注意！】

- ・発熱等の風邪症状がみられる場合は、外出を自粛する。
- ・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。

ただし、**熱中症対策のため、運動時や自転車で通学中にはマスクをはずしましょう。**人との距離（2m以上を目安）が確保できて、会話をほとんど行わない場合には、屋内でも**マスクを着用する必要はありません。**

- ・人との距離を十分にとる。（1m以上）



### ◇長時間、大人数での飲食を控える！

**夏季休業中、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！

人混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。

友人宅でも会話をしてい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）17時00分まで  
学校（担任・学年団・保健室）086-255-5013
- 平日17時00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

※8/10～8/16は学校閉庁日なので、学校携帯へ連絡してください。

**\*8月22日（月）からの登校についてお願い\***

**※後期は補習中も**

**◆必ず登校前に検温・健康観察を実施し、8：00までに入力後、登校してください。**

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。）

同居の家族が風邪症状の場合も登校を控えてください。

**◆校内では、運動時以外は、マスクを着用してください。**

### 思いやりのルール「マスクコード」

～みんなで守って、大切な家族、従業員の皆さん、  
医療関係者の皆さんに広げよう優しさの輪～



### ○話すときは「マスク会話」

休憩時間などは、つい気が緩みがちなので特に注意を

**ケース①** マスクを外して更衣室や喫煙室で談笑して感染拡大

### ○食事の際は「マスク会食」

食事中でも、会話をするときはマスクを着用

**ケース②** 居酒屋で10人以上がマスクなしで会食して、参加者の約8割が感染

### ○マスクは正しく着用

マスクを顔にすき間なくフィットさせ、しっかり着用を

布やウレタンより不織布の方が感染予防効果等が高いことが示されています