

◆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>

2021.7.19

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。これから夏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。

全員が登校する場合→入力は8:00までに!

- ・7/26~30、8/17~20の補習(後期)、8/23~27(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

◇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。(1m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。

◆特に注意が必要な場面

●旅行等について

- 不要不急の旅行、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。

●お盆の親戚一同での会食

- 短時間での参加、マスクをしながらの会食等、工夫する。

◇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ことはマスク着用で。

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

※8/7～8/16は学校閉庁日なので、学校携帯へ連絡してください。

◇その他

○熱中症にも注意!(こまめな水分・塩分の補給等)

○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。

8月23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、入力後に登校してください。(8:00までに)

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。