

感染予防の基本的な対策 (厚高ルール)

新型コロナウイルスに感染することは、決して個人の責任ではない。しかし一人ひとりの高い意識と抑制的な行動が感染予防の鍵となる。厚木高校が一丸となり、感染予防に努め、学校生活を継続できるようにしよう！

1 自分の体調把握

①検温・健康状態の把握

- ・登校前に検温を行い、健康状態を把握し、登校に支障がないかを確認する。

②登校の際は「健康観察票」の持参

- ・体温、健康状態を「健康観察票」に記載し、保護者の確認を得る。
- ・登校後、HRの際に「健康観察票」を担任に提出すること。

③発熱や風邪症状等ある場合は、自宅で休養

- ・学校を休む際には、電話で連絡を入れる。
- ・登校後、体調不良を感じたら速やかに教員に申し出ること。
(いきなり保健室に入ってはいけない)
- ・同居する家族等が罹患した場合は、速やかに学校へ連絡をすること。

2 感染予防を意識した日々の習慣

①手洗いの励行

- ・登校したら校舎に入る前に、石鹸を使って入念に手を洗う。(昇降口まえの水道を使用)

流水+石鹸でもみ洗い 10秒+流水で流す 15秒⇒100万個のウイルスが0.01%に減る。
2回繰り返すと、ウイルスを0.0001%まで減らすことができる！

- ・日頃から石鹸を使ってこまめに手を洗う習慣をつける。
(自分用に石鹸を持って来ても良い)

- ・手洗いのタイミング 6つの場面

(1)外から校舎に入る時 (2)咳、くしゃみ、鼻をかんだとき (3)トイレのあと
(4)食事の前 (5)掃除のあと (6)共有のものを触ったとき

- ・手を拭くタオル等は各自用意し、他者と共有しない。

②校内ではマスクを常時着用する

- ・教職員が室内で座学の授業で生徒に接する場合は、当面の間、マスクに加えてフェイスシールドも使用する。
- ・体育の授業においては、教員の指示に従って行動する。
- ・気候の状況により、熱中症などの健康被害が発生する可能性が高いと判断した場合は、マスクを外し、換気、身体的距離をおくなどする。（水分補給も随時行う）

③ソーシャルディスタンスの確保

- ・可能な限り人との間隔は、1～2mを保つ
- ・会話の際は、できるだけ真正面を避ける。

④換気の徹底

- ・気候上可能な限り、常時2方向の窓を開けて換気に努める。
- ・換気が困難な場合でも、授業の合間の休憩時間等に数分間でも窓を全開にするよう心掛ける。
- ・空調機器を使用している時も換気は必要。

3 トイレの使用について

①便座は使用前に必ず除菌する。

- ・備え付けの「除菌シート」で、ドアノブや便座などを拭き、そのシートを流す。
（自分用に「トイレ除菌シート（流せるもの）」を持って来ても良い）
- ・汚してしまったら、各自の責任で清掃する。

②飛沫防止のため、トイレのふたを閉めてから水を流す。

③汚物等は、備え付けの黒いビニール袋に入れて、縛り、入り口に設置してあるふたつきのゴミ箱へ入れる（女子トイレ）。

④最後に必ず手を洗う。

4 その他

①自分のゴミは自分で持ち帰る。

- ・しばらくの間、ゴミ箱は教室に設置しない。自分でビニール袋等用意しておく。

②登下校は、できるだけ同じルートを使う。

～今後の状況によって、「厚高ルール」は変更されていきます～