



令和2年5月29日
多摩高校保健室

これまで経験したことのない緊急事態宣言が出され、色々な行事や大会が延期や中止になり、辛い思い、悲しい思いをした人がたくさんいると思います。そのような状況の中、この数ヶ月本当によく頑張って耐えましたね。長い臨時休業を経て、ようやく来週から学校が再開します。一方で、分散登校や短縮授業など、今まで通りの学校再開とはならず、新型コロナウイルスに関しては気が抜けない状況です。今回は学校が始まってからみなさんをお願いしたい、感染症対策について配信します。

感染症対策4つのポイント～ひとりひとりができることを～

持ってこよう！
持ち物リスト

- ☑清潔なハンカチ
- ☑マスク等→ない人は、登校日初日に1人1枚布マスクを配付します
- ☑マスク用のエチケット袋→マスクを置く際に使用
- ☑エチケット袋→マスクやティッシュなど一般ごみは持ち帰りをお願いします
- ☑水分補給ができるもの→冷水器が使用できないため

1

毎朝必ず、検温と健康チェックを徹底する。

原則：発熱や咳等の風邪症状がある場合は無理せず休む。

○発熱や咳等の風邪症状がある場合は、病院受診の有無にかかわらず「出席停止」となります。

○登校時の注意点 必ず読んでください。

★6月第1週目の最初の登校日（1年…6月4日、2年…6月3日、3年…6月2日）

「Google フォームに6時00分～9時00分までに回答」もしくは「Google フォームに回答ができない場合は、登校日初日は1日分の健康観察票（HP掲載）」を持参。

※最初の登校日に、紙の健康観察票を配付します。通信機器やネットワークの不具合に備えて、毎日持参して登校してください。また、過去の健康状態を振り返るうえで大切な記録となりますので、過去16日分の記録を保管してください。

★6月第2週目以降の登校日

（1）「Google フォームに6時00分～9時00分までに回答」もしくは「Google フォームに回答ができない場合は、紙の健康観察票」を持参。

（2）紙の健康観察票に「体温」「症状の有無」を記入し、持参し、登校。

- ・未検温者は教室に入ることができません。ピロティーでの検温が必要になります。未検温者が大勢出ると、教室に入るまでに時間がかかります。家庭での検温の徹底してください。
- ・遅刻者は教室に直接行かず、職員室の学年の先生に健康チェックを受けてから教室に行きましょう。

○風邪症状とは、

- ・発熱（目安は37.5度以上もしくは、平熱より1度高い） ・せき ・息苦しさ ・鼻水や鼻づまり
- ・のどの痛み ・吐き気や嘔吐 ・目の充血 ・頭痛 ・全身がだるい ・関節痛や筋肉痛 ・下痢 など

○体調がよくなり、登校を再開する時には「学校感染症報告書（HP掲載）」を提出してください。

○基礎疾患（喘息などの呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病、腎臓病）があり、登校に不安のある人は、学校に相談をしてください。

2

登校後に体調が悪くなったら、無理せずに早めに保健室に来ましょう。

自分の体調の変化に気付くことは大切なことです。登校後に「体調が悪くなってきた…」と感じたら、荷物を全て持って、すぐに保健室にきてください。

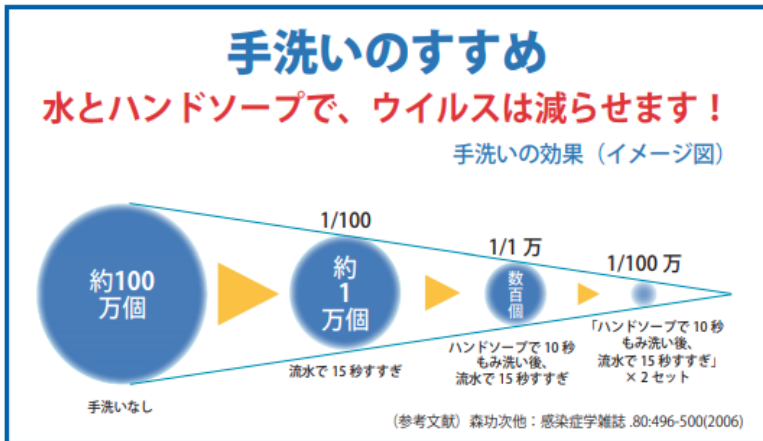
3

<飛沫感染対策> マスク等をつけましょう。

唾やくしゃみなどに含まれているウイルスを飛ばさないため、マスク等の着用をお願いします。特に、会話をする時などは必ずつけましょう。登校日初日に、1人1枚布マスクを配付しますので、必要に応じて使用してください。

4

<接触感染対策> 正しいタイミングと方法で手を洗いましょう。



手を洗う5つのタイミング

- 1 外出から戻ったとき
(登校後、帰宅後など)
- 2 トイレの後
- 3 飲食をする前
- 4 共用の物に触ったとき
(本やパソコンなど)
- 5 咳やくしゃみ、鼻をかんだとき

「ハッピーバースデーの」の歌を心の中で歌いながら洗う。(約15秒)

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

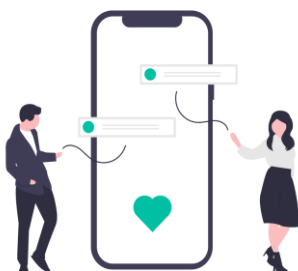
6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗ったら十分に水を流しましょう。手を拭くハンカチは必ず自分のものを使いましょう。

みなさんに伝えたいこと『不安が差別や偏見を生み出す』



人は、よくわからないものを恐れることがあります。

見えない敵(ウイルス)への不安から、特定の対象(人や職業など)を見える敵とみなして、それを遠ざけることで、つかの間の安心感を得ようとすることがあります。そうすると、差別を受けるのが怖くて、症状があっても言い出しにくくなります。

むやみに恐れるのではなく、正確な情報を調べましょう。そして、差別的な言動に同調しないようにしましょう。みんなでこの状況に立ち向かいましょう。