

生徒の皆さんへ

～学校再開するにあたって皆さんの協力が不可欠です！ 保健室より～

3月から長い間家にいてくれてありがとう。皆さんの協力が東京の感染者数減少に大きく貢献したと思っています。心から感謝します。6月から学校が再開の予定ですが、完全に感染が終息しているわけではありません。大勢の人達が一つの場所で過ごす学校は感染が広がりやすく、皆さん一人一人の協力が不可欠です。ご協力をお願いします。

☆学校にウイルスを持ち込まないために・自分が感染しないために



①毎朝必ず家で検温・体調確認をしてください。「オンラインの健康調査」に入力してから登校します

37.5℃以上の発熱や風邪症状がある人は学校を休みます

※休んだ場合は欠席扱いにならず出校停止扱いになります。安心して休みましょう。無理をして登校することが感染を広げることになるかもしれません。学校に来て体調不良になった場合はとにかく無理をせずすぐに早退しましょう

②登校途中、つり革・手すりなど外のものに極力触らない

家の外では肩より上に手を上げない、目・鼻・口に触れない

↓ ※触れるものすべてにウイルスがいると思って対応する

③消毒：玄関でアルコール消毒をして学校に入る

アルコールは在庫が不十分です。ない場合は石鹸で手洗いをする



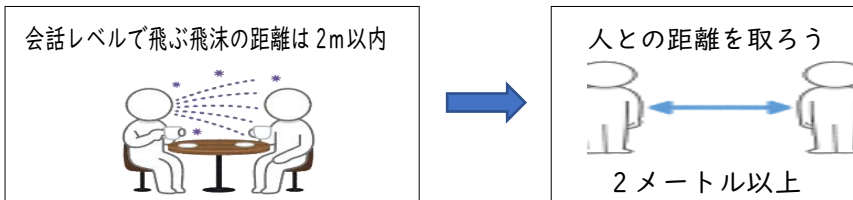
④石けんで手洗い ※コロナウイルスの膜は脂肪でできているので、石鹸でウイルスの膜は破れます

- ・教室に入る前に石鹸で手を洗ってから教室に入る
- ・トイレの後、食事の前、特別教室、体育館や屋外から教室へ戻る前などこまめに手洗いをする
- ・ハンカチ・タオルの共用はしない。回し飲みなどの共用はしない

コロナウイルスの弱点  
 ・アルコール消毒に弱い  
 ・石鹸・洗剤に弱い  
 ・熱に弱い

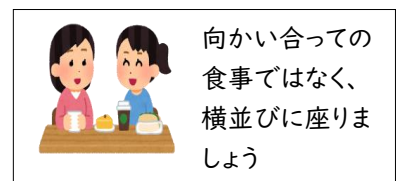
※手すりやトイレ、扉の取っ手、スイッチなどの共用部分、教室の机やイスなど毎日消毒します

⑤人と関わるときは距離を取ろう ※元気で症状がない人もウイルスを持っている場合があるため



最新情報  
 症状が出る2日前から感染力があり、発症直前が一番感染力がある

「換気の悪い密閉空間」「人が密に集まるような空間」「近距離での会話や発声」の3条件が重ならないように過ごす。部室や更衣室での過ごし方に注意する。



⑥換気をする ※換気をしてウイルスを外へ

- ・基本：常時開放していただける気温・気候であれば窓・廊下側の扉は常時開ける
- ・気温や気候などで常時開けられない場合：授業終了後1回換気をする（休み時間は開ける）



⑦マスクをする ※自分の飛沫を周りの人に飛ばさないようにするため！

どのようなタイプのマスクでも可（予備も持参する）。ただし、N95のマスクをしての運動は避ける

⑧その他

- ・マスク・唾液や鼻水がついたティッシュを捨てる時はビニール袋に入れ、口を縛って捨てる（ビニール袋は各自持参する）
- ・冷水機は当面の間、使用禁止とします。水分補給を持参するようにしてください

☆誰がかかってもおかしくありません 差別やいじめについて

人はなぜ人を非難したり、差別したりするのだろうか。非難や差別の根っこには心の中に不安があることに気づこう。不安は一人で抱え込むとどんどん大きくなる。不安を小さくするコツは笑顔と日常。友達と家族と先生と話そう。きちんと食べて眠ろう。不安は誰の心の中にもある。だからこそ励まし合おう！応援しあおう！憎むべき相手は人ではなくウイルスだ。みんなで乗り越えよう！ 参考：日本赤十字社「ウイルスの次にやってくるもの」