



保健室より

親和中学校・親和女子高等学校
令和2年4月6日



この春に入学・進級される生徒のみなさん、保護者のみなさま、新型コロナウイルス感染症予防対策のために、休校等の対応にご協力いただきありがとうございます。先が見えないこの状況に、不安な気持ちになっておられることと思います。しかし、こんな時だからこそ、今、私たち一人ひとりができることを考えたいと思います。

新型コロナウイルスに感染すると、自分に症状がでていない場合でも、気づかないうちに他の人にうつしてしまうことがあります。高齢の方や基礎疾患のある方にうつした場合、生命の危険があります。大切な人の命を守るために、みんなで助け合い、この困難を乗り越えましょう。

学校が再開した場合も含め、今、日常生活でみなさんに協力していただきたいことは、次の通りです。

- 石鹸による手洗い**【登校したら（外から帰ったら）すぐ、食事前 ***リーフレット参照**】
- 咳エチケット**【マスクの着用など ***リーフレット参照** / 手作りマスク ***動画参照**】
- 換気**【2方向のそれぞれ1つ以上の窓やドアを開放】
- 抵抗力を高める**【十分な睡眠、バランスのよい食事、ウォーキングやラジオ体操など適度な運動】
- 食事の時は、向かい合って食べない**【お互いの距離を十分とる】
- 3つの密**【密閉、密集、密接】が重ならないようにする
- 公共交通機関などでも感染予防のため友達との会話を控える** ●**待ち合わせして登校しない**
- 毎日（登校前）の検温と体調チェック** → **【発熱、咳、だるいなどの症状があるときは学校を休んでください】**



体温を聞かれたら、すぐに言えるように、毎日、検温をしてください。

【毎日の健康観察票に記録 → 提出する】

以下の場合、必ず、学校に連絡してください。

- ◆新型コロナウイルスに感染した場合・濃厚接触者となった場合
- ◆発熱や咳など、風邪の症状がある場合・登校が不安な場合

➡ **「出席停止」等の措置を講じます**

*いずれも、書類(保護者記入)を提出していただきます。

★厚生労働省が出している いくつかのリーフレットを掲載します

(参考) 手洗いと咳エチケット (出典: 首相官邸ホームページ)

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



手の甲をのば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。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



《連絡》

健康診断等 延期について

◆新型コロナウイルス感染予防のため、学校医と相談し、4月下旬以降に予定しておりました健康診断等の行事は、すべて延期します。時期については、まだ未定です。

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

3つの密を避けましょう!

①換気の悪い
密閉空間

②多数が集まる
密集場所

③間近で会話や
発声をする
密接場面

新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

**3つの条件がそろう場所が
クラスター(集団)発生の
リスクが高い!**

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には
消毒などを行ってください。

首相官邸 厚生労働省 厚労省 コロナ 検索

～手作り「ガーゼマスク・ハンカチマスク」 アドバイス～

“手作りマスク”の作り方については、下記以外にも
いろいろなサイトに出ています。

- ・内側に、ペーパータオルやキッチンペーパーをはさむと、一日に数回、取り換えることができ、清潔に使えます。【学校医より】
- ・洗濯は、普通の洗濯用洗剤に約10分つけて押し洗い。(白いものなら、次亜塩素酸ナトリウムを薄めたもので消毒できます)
- ・水洗い後、形がくずれないように、タオルなどではさんで水分を吸収させます。
- ・日陰に干して乾かせば、何度でも利用できます。

【3枚以上あれば、とても便利です!】

- ・ゴムがない場合は、普通の輪ゴムを2～3個つないで使ったり、輪切りのストッキングで代用する【新聞掲載より】こともできます。

★「新型コロナウイルスから身を守る方法や他人にうつさないために心がけること」を、わかりやすく紹介する動画も公開されています。マスクがない場合に自作する方法もありますので、休み中に作ってみましょう。

○マスクの作り方

(文部科学省ホームページ「子供の学び応援サイト」内)

https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html

