



～自分を守り、他者を守るためにできること～

いよいよ学校が再開です。休業中も体調管理、感染症予防に努めてくれていたことに感謝します。

学校再開に向けて大切なことは、感染予防の徹底です。学校生活では、密の状態が発生しやすく感染の起こりやすい環境になりがちです。一人ひとりができることを丁寧に行うことが一番の予防となります。何事も慣れていくと、当たり前になっていくことがあります。これが一番心配です。感染症予防に「これぐらいまあいいか」はありません。一人の「まあいいか」が全校生徒になるとどれだけの感染リスクになるか想像してみてください。今こそ、虎姫高校の皆さんの想像力、思いやる心が試される時です。

次の5つの感染症対策のポイントの徹底について協力をお願いします。

学校再開における感染症対策5つのポイント

感染症対策のポイント1：毎朝の健康観察

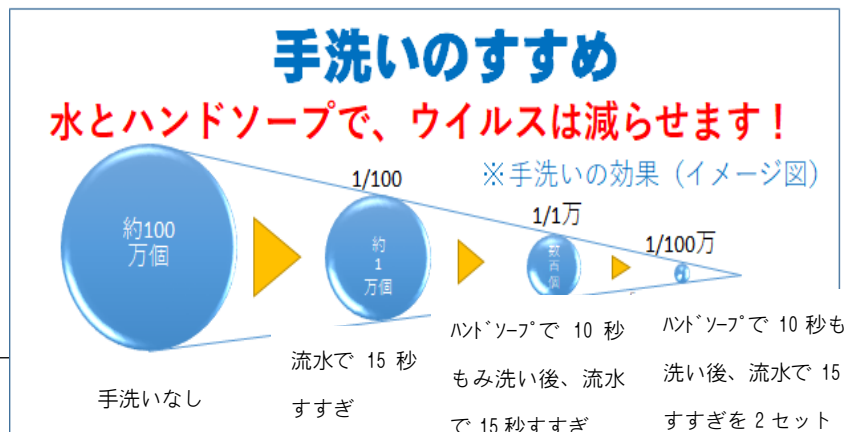
- 朝登校前に必ず検温を行ってください。
- 健康観察票に体温を記録してください。また、自分の平熱が何度か把握してください。
(食後や運動後は体温が上がる場合が多い)
- 風邪症状、強いだるさ、息苦しさ等がある場合は症状がなくなるまで自宅で休養してください。
次の症状がある方は下記を目安に「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。
★息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合は相談してください。
(滋賀県健康医療福祉部相談センター ☎077-528-3621 平日・土日祝日、24時間)



換気

感染症対策のポイント2：授業中における感染症予防（換気、マスク、手洗い）

- 教室の換気の徹底を行います。常時窓を開けたり、休み時間に全開して換気をするので協力してください
(寒い場合もあるため、必要な場合はひざ掛けなど各自で準備をお願いします)
- 飛沫やくしゃみなどによるしぶきを飛ばさないため、教員もマスクを着用しますので、皆さんもマスクの着用をお願いします。
- 石けんでの手洗いを行ってください。
(登校後、休み時間、昼食前、トイレの後、
体育や部活動の前後など)
石けんを用いての手洗いでウイルスの数を減らすことができます。



咳エチケット

裏面もあります

感染症対策のポイント3：通学時の感染症予防

- 電車やバスを利用する人は、マスクをつけて乗車し、車内においては友だちと密着した状態で話したりするような状況を避けてください。
- つり革や手すり、座席などからの感染リスクを避けるため、学校到着時には石けんでの手洗いをしてください。

接触感染に注意！

新型コロナウイルスの感染経路として
飛沫感染のほか、**接触感染に注意が必要です。**

人は、“無意識に”顔を触っています！



そのうち、目、鼻、口などの**粘膜**は、
約**44パーセント**を占めています！

厚生労働省 HP より

感染症対策のポイント4：学校で体調不良を感じた時の対応

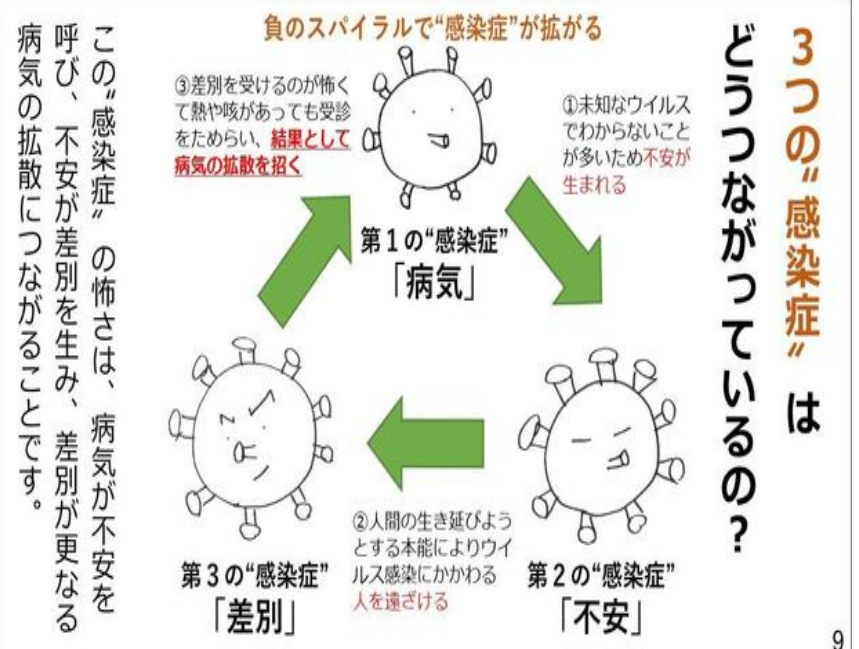
- 無理をせず、すぐに担任や授業の先生に体調不良を申し出てください。
- 保健室の体温コーナーで熱を測ってから休養してください。
(ただし、熱が高い場合、風邪症状がある場合、強いだるさや息苦しさがある場合は早退し、自宅で休養してもらうことになります。)

感染症対策のポイント5：こころの健康を維持する ～ひとりで抱え込まないで～

○「自分や家族も感染するのではないか」あるいは、「長期の休業の後、うまく学校になじめるか」等不安はいろいろあると思います。この状況下で、不安を持つことは決しておかしいことではありません。新型コロナウイルス感染症に起因することも含め、様々な悩みやストレスについて相談したいことがあれば担任の先生に申し出るか、直接保健室に来てください。スクールカウンセラー、養護教諭、学校医の先生に相談することもできます。遠慮なく話を聞かせてください。一緒に考えられたら嬉しいです。

★スクールカウンセラー来校日 6月12日(金)
6月26日(金)

★学校外での電話相談窓口
「24時間子供 SOS ダイヤル」
☎0120-0-78310



日本赤十字社 HP より