

ほけんだり6月

令和2年6月1日

武庫川女子大学附属中学校・高等学校

緊急事態宣言が解除され、学校が再開になりました。学校生活の中でも、引き続き感染予防対策が必要となります。ウイルスから身を守るためには、感染予防対策を行うとともに、食事・睡眠・運動のバランスのとれた生活を行うことが大切です。

登下校時に気を付けること

- ◎ 身体的距離をとることを心がけ、3密を避ける。列を作って歩いたり大声でしゃべったりすることは控えましょう。
- ◎ 特に、公共交通機関を利用している生徒は、車内での会話はしないようにしましょう。
- ◎ 登校時の感染リスクを減らすため、甲子園駅から学校までの間はなるべくバスを利用せず、徒歩で登校することを勧めます。
- ◎ 毎朝、体調チェックの結果を健康観察カードに記入し、健康観察カードは登校時に必ず持参するようにしてください。正門で先生に見せましょう。

※ 持ち物：健康観察カード・マスク・マスク袋・ハンカチ・ティッシュ・水筒

学校での過ごし方

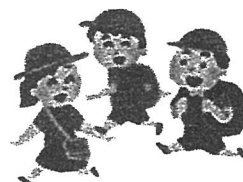
- ◎ 登下校時、棟に入る前には手指消毒を徹底しましょう。
- ◎ 教室では、こまめに窓を開けて換気を行いましょう。クーラーを使用しても換気は必要です。
- ◎ 咳エチケットとして、マスクの着用を行いましょう。体育の授業時や、授業中に気分が悪くなった時、マスクを外す際のマスク袋を用意してください。
- ◎ ゴミは各自、持ち帰ってください。
- ◎ ウォータークーラーは使用禁止となります。水分補給ができるように、水筒などを用意してください。
- ◎ 友達とも距離を取り、接触を避け、身体的距離をとることを心がけて行動するようにしましょう。
- ◎ 手洗いを正しい方法で行いましょう。終わったら、ハンカチを使いましょう。
- ◎ 食事の時は、机を向かい合わせにせず、会話は控えましょう。

その他について

- ◎ SNSでコロナウイルスに関する情報が氾濫しています。デマや誤った情報に惑わされないためにも、公的機関(首相官邸・厚生労働省・文部科学省・国立感染症研究所など)のホームページ等で提供する情報をチェックし、冷静な行動をとることを勧めます。
- ◎ 見えないウイルスへの不安から、特定の対象を差別・偏見の対象として見てしまうことがあります。誤解や偏見に基づく差別的な言動に同調しないことが大切です。
- ◎ 心配なことがあったら、一人で抱え込まずに周囲の人に相談しましょう。

手洗いの6つのタイミング

外から教室に入るとき



咳やくしゃみ、鼻をかんだとき



給食(昼食)の前後



掃除の後



トイレの後



共有のものを触ったとき



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・爪の隙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。