

キーワードは「自己防衛」と「思いやり」 自分が、家族が、友人が、先生方が…  
みんなで自己防衛&思いやりの心をもって、大事な「命」を守りましょう！

## 「三密」を避ける

①起床から登校まで・下校後  
～ご家庭の協力を願います～

- 起床後は朝食を摂り、登校前に「検温」を必ずする。**37.5℃以上**の熱がある場合は**登校しない**（学校に連絡願います）。
- 「マスク着用」を心がけること。  
※バス・電車通学の生徒は、特に注意が必要です（密着しての会話など）。
- 下校時は近隣の店舗等に立ち寄りず、まっすぐ帰宅すること。
- 十分な睡眠を取り、翌日に備える。

②登校後から朝のSHRまで  
～クラスみんなで協力しよう～

- 登校後は「手洗い」「うがい」をしてから教室に入り、自分の机・イスを除菌ペーパー等で拭くこと。
- 「検温」の報告→健康観察カードを毎日提出すること。  
※万が一、家で検温してこなかった場合、保健室で検温し、**37.5℃以上の時は、直ちに学校から家庭へ連絡し、早退してもらいます。**
- SHR開始までの時間、友人との会話は最低限にし、一定の間隔を空けること。
- トイレに行く場合も、複数人での移動や洗面台前での会話はしないこと。

## 手洗い・うがい・換気

## ③授業中

～一人一人の自覚が必要～

- 授業中に「寒気がする」「熱っぽい」「具合が悪い」等の症状が起きたときは、すぐに教科担当の先生に申し出ること。  
※発熱の場合は、直ちに早退してもらいます。
- 授業に必要な教科書等（体育着・白衣も含む）の貸し借りはしないこと。
- 移動教室の際は、複数人での密着した移動と大きな声での会話をつつしむ。
- 教室内の対角にある窓は開けて、常に「換気」しておく。
- 体育での着替えでは、自分の服をきちんとたたんでバッグにしまうこと。
- 授業で使わないものは、常にロッカーやバッグにしまい、「整理整頓」「清潔」を心がけること。

## 規則正しい生活習慣

## ④休み時間・昼休み

～楽しい昼食（給食）も今は節度をもって～

- 休み時間・昼休みは常に「換気」をすること（週番・保健委員）。
- 友人との会話は最低限にとどめ、一定の間隔を空けること。
- トイレに行く場合も、複数人での移動や洗面台前での会話はしないこと。
- 昼食（給食）を摂る場合は、机をくっつけたり、対面で会話しながらの食事はつつしむこと。食前・食後の「うがい」「手洗い」を必ずおこなうこと。
- 給食当番（中学校）は、「手洗い」と「うがい」を念入りにおこない、一言も話さずに配膳すること。
- 食後も複数人での会話は最低限にする。

## ⑤帰りのSHR・清掃・部活動

～一日の生活の締めくくりも気を抜かずに～

- 帰りのSHR開始までは、帰りの準備や明日の連絡事項を速やかにおこなうこと。
- 清掃は常に「換気」した状態で、速やかにきれいにおこなうよう協力し合うこと。
- 清掃のない人は、廊下やコミュニケーションモール、昇降口付近にたむろせず、用事がないのであれば、速やかに下校すること。
- 部活動については、しばらくの間「感染症対策用部活動ガイドライン」にしたがっておこなうこと。※特に、部室での「密閉」「密集」「密接」状態をつくらないように！

今は「自分が感染しているかも…」を前提に行動しなければなりません！

～感染症予防・拡大防止の「習慣化」～

4月1日に県教委から発表された「学校再開へむけて」の内容には、このように書いてあります。※以下抜粋  
「国内における感染状況が拡大傾向にある中、学校での感染リスクをより低減化させ、子どもたちの命と健康を守るためには、保護者の皆様にも以下の御協力が必要となります。」

ここ重要！



- ①手洗いや咳エチケットの習慣化
- ②毎朝の検温・風邪症状の確認
- ③免疫力を高めるための十分な睡眠、適度な運動、栄養ある食事
- ④室内の換気
- ⑤近距離での会話や発声の際のマナーとエチケット
- ⑥感染判明や濃厚接触者として特定された際の連絡



日頃から各家庭でご指導いただいている基本的な生活習慣（あいさつ・礼儀・公共マナー遵守）と同様、「感染症予防・拡大防止」も、ご家庭における「日頃の習慣化」が不可欠となります。

NO!

SNSによるハラスメントは、**感染者ハラスメント！**  
人権侵害にあたります！

！次のような行為は絶対に許されません（特別指導に該当）！

- 感染者・濃厚接触者、医療従事者やその家族への**差別的言動**
- 個人を特定するような書き込み・拡散（リツイート）  
（いじめ、偏見、誹謗中傷になります）
- 根拠のない**デマ・風評・噂**を拡散（リツイート）

※正しい情報は、政府や各自治体からの報道で確認しましょう。

社会の動きを察知しよう！

- 保護者の送迎で登下校する人が多くなると予想されます。駐車場で「密集状態」にならないようにしましょう。
- 社会全体の「イライラ感」がみられます。ちょっとした会話や行動が他人を刺激することにもなりかねません。

困ったことや悩みごとがあるときは、いつでも先生方・スクールカウンセラーが相談にのります！

