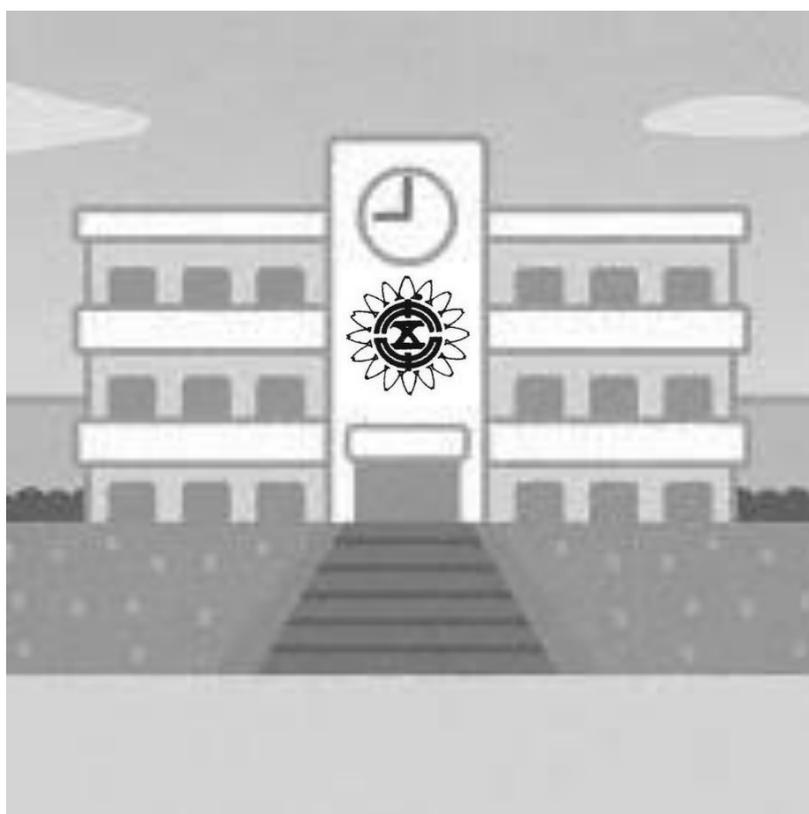


清瀬市立清瀬第五中学校

学校生活における  
新型コロナウイルス感染予防の取り組み

【生徒・保護者向け資料】 R3.4.28



年 組 番 氏名

---

## これからの取り組み

学校生活の流れに沿って、それぞれの場面で新型コロナウイルス感染予防対策に係わる取り組みの内容と目的を紹介していきます。各自しっかりと理解し、取り組んでいきましょう。

### ①自宅で行うこと【健康観察表の記入】

登校する前に… 朝の検温、体調のチェックをし、健康観察記録表に記入しましょう！



熱だけでなく、下の項目にもチェックをつけましょう。

もし、体調に異常のある場合は…

平熱よりも1℃以上熱がある場合などは無理せず欠席し、しっかりと体を休めよう。その場合は、保護者の方に学校へ連絡を入れてもらいましょう。

※保護者の方にも健康観察表を確認してもらいましょう。

### ②登校時【持ち物など】

忘れ物をせず、時間に余裕をもって登校しよう！登校したらまず手洗い！



○必ず持ってくるもの・・・ハンカチまたはタオル、ティッシュ、マスク



(給食があるときは) ランチマット、健康観察表、予備のマスク

○できれば持ってくるもの・・・アルコールを含む除菌シート

ハンカチまたはタオルはないと絶対に困ります。また、友人とのハンカチ等の貸し借りは厳禁です。

### 【正しいマスクのつけ方】



### ③こまめに手洗い【手洗いの目的とポイント】



#### 手洗いの徹底

(登校後・給食前後・トイレ後・清掃後・用具共有後・下校前)

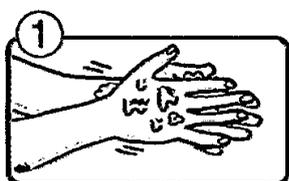
登校後に外からウィルスを持ち込まない！石けんでの手洗いが、感染予防の第1原則！

手洗いをこまめにするために必要な清潔なハンカチ・タオルの持参！（通常時より手洗い回数が多い&毎日交換）

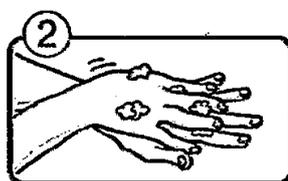
今までの学校生活では手洗いをしていなかった場面でも、**こまめに手洗い**を！

今回の対策の中でも、生徒の皆さんに頑張ってもらいたいのは、**ウィルス対策の最も基本である手洗い**です。特に登校時は外からのウィルス、給食後は自分の顔に触れた手、用具共有後というのは、不特定多数の人が触れた道具（実技教科、理科などの学習で使う道具）を使った後、それらの除菌が目的です。また、手洗いはアルコール消毒と同等の除菌効果があり、除菌への意識も高まります。

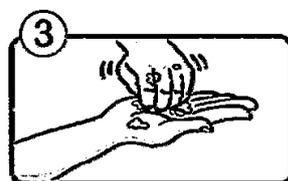
#### 【正しい手の洗い方】



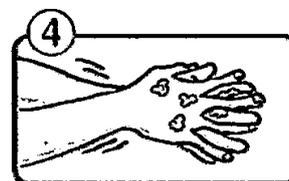
流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



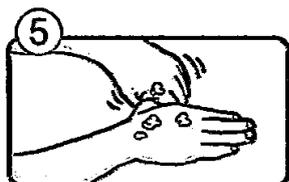
手の甲をのぼすようにこすります。



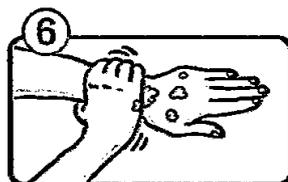
指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

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

### ④換気の徹底【密閉空間をつくらない】

教室も廊下も換気！空気の流れをつくりましょう！

生徒の皆さんの登校前に、教室・廊下の窓、ドアを開けて（30cm以上）換気を行います。基本的には下校終了までそのまま開けておきます。雨の日や強風の日もできる限り、窓を開けておいたり、ピストン換気を実施します。

また、冷房使用時も、室温が高くなり過ぎない範囲で、窓やドアを開けておきます。

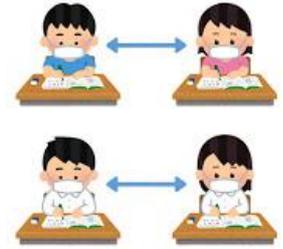
「密閉」の状態をつくらないように、絶対に必要な作業です。寒くなったり、暑くなったりすることがあると思いますが、各自が**服装で調整**するようにしましょう。

## ⑤授業時の確認【学びを止めない】

### 授業形態について

#### 【全教科共通】

座席の配置はできるだけ密を避ける形にします。また、ペアやグループで対面して会話をするのを控えるため、グループでの活動は極力減らし、教科ごとに工夫して授業をすすめます。



#### 【特別教室を使う教科】（技術・家庭・音楽・理科など）

座席の配置や換気方法を工夫し、感染予防対策を行います。また作業内容等についても工夫します。

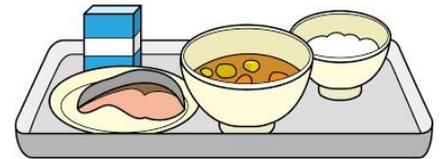
#### 【行事について】

全校生徒が体育館に一同に会するなど、密になってしまう行事は実施できません。必要な場合は、放送で行ったり、リモートで行ったり工夫をして行います。

授業時間は学校生活で一番長い時間です。3つの密が起こりやすい状況も、授業を行う教室です。学習形態、活動内容をしっかりと検討し、感染リスクを下げる取り組みを計画していきます。そのために、本来予定していた学習内容の順序・時期を入れ替えたりする対応を行う場合もあります。

## ⑥給食時の対応【安全な食事をするために】

**学校生活の中で一番気をつけなければいけない時間です。** 楽しみにしている時間でもありますが、予防対策に意識を持ちましょう。食べるということは、口を開けるとのこと。ウィルスを口に入れないためにも、次のことをしっかりと守りましょう。



- ①手洗いをしっかりし、着席します。順番を待っている間も会話はしません。（本を読んだり、連絡帳を書いて過ごしましょう。）
- ②机は班の形にはせず、正面を向いた状態のままです。机の上にはランチマットをひきましょう。マスクは「いただきます」までははずさない！はずしたマスクはポケット等にしまえます。食べ始めは先生の指示で行います。（「いただきます」の発声は給食委員だけが行います）
- ③飛沫防止のため、食べながらの会話はできません。食べ終わったらマスクを着け、静かに待ちましょう。
- ④配られたものは減らせません。食べきれないものは残して下さい。
- ⑤はじめに、おかわりや量を増やすなどは先生が行います。先生の指示に従いましょう。
- ⑥食器の片付けは各自で行います。牛乳パックはまとめません。密にならないよう順番を守りましょう。片付けが終わったら手を洗います。
- ⑦終わりのチャイムが鳴ったら、各自昼休みになります。食べ終わってない人も、片付けを始めましょう。
- ⑧全員が食器を下げた後、当番と先生で片付けを行い、ワゴンを運び給食終了です。

食事のときが、最も感染リスクが高いと言われています。すべてそのリスクを減らすための行動です。手洗いはもちろんのこと、一人一人が飛沫防止を意識した行動を心がけましょう。

## ⑦休み時間の過ごし方【やってもいいこと 避けること】

昼休みの図書館・校庭の利用は可能ですが、密にならないように配慮しよう。

### ①廊下での交流

窓などを開放し、換気を徹底します。また、大人数で密集しての交流は望ましい状況ではないので、分散するように気をつけ、**友達との距離を1 m以上あける**ようにしましょう。また、心配な状況がある場合は、先生が声をかけるようにしていきます。



### ②トイレの利用

トイレは通常通り利用して良いですが、トイレで会話したり、必要以上に長く留まることは避けましょう。手洗いも忘れずに。

### ③図書館の利用

基本的に換気をした状態となります。「会話は極力しない」「個人での利用が基本」を意識して利用してください。また、心配な状況がある場合は、その場にいる先生が声をかけるようにしていきます。



### ④校庭の利用

校庭でのサッカー、ドッチボールは可とします。屋外ではありますが、大人数で密集するような状況はできるだけ作らないように気をつけて活動してください。また、心配な状況がある場合は、その場にいる先生が声をかけるようにしていきます。



学校生活で一番長い休憩時間である昼休みには、しっかりとリフレッシュすることも大切です。それぞれの活動場所での諸注意を守り、利用してください。**昼休みに各活動場所を利用した後は、必ず手洗いを実施**してください。（不特定多数が触れる用具等を利用するため）

## ⑧放課後の活動について

放課後活動についても、基本的に授業と同じルールとなります。

### 【清掃】

教室等の床の水拭きは行いません。床についてはモップを使い、週に3日程度消毒を行います。また、使用した机・椅子・ドアノブ・スイッチ・窓のカギなどは毎日消毒を行います。特に用事のない生徒は速やかに下校して下さい。



### 【その他】

「ペア・グループで対面して会話することは控える」「手洗いを徹底する」「現在できない活動の時期をずらす」など…。放課後活動は、その活動につく先生からの指示で取り組みましょう。

## ⑨部活動について

部活動に取り組む皆さんの健康や安全の確保が最優先です。そのため、皆さんも現在の状況を理解し、以下のことに注意をして参加するようにしてください。

### 活動する上での注意事項

- ① 換気の悪い密閉空間を避ける（密閉）
- ② 多くの人々が密集する状態をつくらない（密集）
- ③ 近距離での会話や発声をしない（密接）

3つの条件（3密）が重ならないよう、活動内容を工夫する

### 部活動開始前

部活動で着替える場合、更衣室を利用する人が多くなり過ぎないようにする。  
また、活動する前には必ず手洗いをする。

### 活動中

- 風邪の症状（せき、くしゃみ、のどの痛み）や発熱等の症状がある場合は部活動への参加は見合わせ、自宅で休養する。
- 校内で活動する部活動は、換気を徹底する。  
1時間に1回以上、窓を開けて5～10分程度の換気を行う。
- 感染を予防するために活動内容や方法を工夫する。  
<避けてほしい活動>（全部活共通）
  - ×大きなかけ声                      ×密集した形でのミーティング
  - ×狭い場所での練習                ×飲み回しやタオルの使い回し                ×道具の使い回し
- 雨天時に外部活が校内で活動する場合も、換気を徹底し、密集を避ける
- ミーティングを実施する場合は、人との間隔をとり、向き合う状態をなるべく避けるようにする

### 部活動終了後

各部活動とも、練習終了時には必ず手洗いを行ってから、下校する。

## ⑩欠席の場合・・・

【次の場合は出席停止となります】

- ・本人が感染した場合（治癒するまで）
- ・本人が濃厚接触者に指定された場合（14日間）
- ・海外から帰国した場合（帰国後14日間）
- ・発熱やかぜ症状がみられる場合（治癒するまで）



### かぜ症状について

- ・37.5度以上の発熱がある                      ・平熱 + 1度の発熱がある
- ・息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさがある                      ・軽度であっても咳、のどの痛みがある

※発熱があった翌日は経過観察のため、登校しないでください。

- ・感染への不安による自主的な欠席（医師の判断や、合理的な理由があり、校長が認めた場合）
- ※これらに当てはまる欠席の場合は、次に登校する際に所定の登校届（新型コロナウイルス感染症に係る旧用語の登校用）を担任に提出して下さい。五中ホームページからダウンロードするか担任の先生にもらして下さい。

## 私ができる感染予防！

学校生活 全般	
給食のとき	
家庭での生活	

身近な人が感染してしまったら、あなたはどのようにしますか？