保健だより

令和4年2月4日
五所川原農林高等学校　保健室

引き続き、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策を徹底しよう！

青森県では新型コロナウイルス感染症の新規患者がこれまでにないスピードで増加し続け、クラスターも頻発しています。

今私たちに出来ることは、これまでどおり、自分や家族、友達、周囲の人を感染症から守るために、一人ひとりが感染拡大防止対策を徹底することです。健康観察、マスク着用、手洗い、換気等の感染拡大防止対策を、授業時はもちろん、休み時間や飲食時、部活動の時、さらには学校外での活動時にも徹底してください。

これまで以上に慎重な行動と感染防止対策の徹底をお願いします。

具体的な感染拡大防止対策

（参考「新型コロナウイルス感染症の発生状況を踏まえた県立学校における感染拡大防止対策等について(2/1)」）

★印が今回新たに加わった部分です

健康観察の徹底について

・毎朝の**検温**と、**健康観察**をし、軽微なものを含めて**体調が平時と異なる場合には登校しない**

★**微熱、鼻水、軽い頭痛や咽頭痛**など、**軽微な症状でのPCR検査陽性判明**が報告されているそうです。少しでも体調が平時と異なる場合は登校せず、医療機関等に相談、受診をしましょう。

マスクの着用

・マスクを**正しく着用**する（鼻、口をしっかりと覆う）。休み時間や移動、着替えの際など、**活動の場面が切り替わる時**にも必ずマスクを着用する。

・マスク着用時でも密接を避け、できるだけ**身体的距離を確保**するとともに、**大声を出さない。**

★**不織布マスクの着用**をおすすめします。不織布マスクは、布マスクやウレタンマスクよりも飛沫の飛散や吸い込み防止に高い効果があるという研究結果が出ています。

★運動時は身体へのリスクを考慮してマスクの着用は必要ありませんが、**運動の前後における着替えや移動の際、授業中、教師による指導内容の説明やグループでの話し合いの場面、用具の準備や後片付けの時など、運動を行っていない際はマスクを必ず着用**すること。

換気

・教室は、気候上可能な限り**常時換気**を行う。また、CO2モニター等を活用するなどして、必要な時はすみやかに換気を行う（2方向の窓を開放）。体育館使用時は、常時換気を行う。

手洗い・消毒

・登校後、体育や実習の前後、昼食前など、**アルコール消毒だけではなく、こまめに石けんによる手洗い**をする。**特に共用の物に触れたり使用した後は必ず手洗い・アルコール消毒をしましょう。**

●裏面に続きます→

飲食の場面での対応

★生徒同士での昼食の場面での感染が疑われる事例も発生していることを踏まえて、**食事の場面では、向かい合った状態で食べない。自分の席で、机を向かい合わせにせず黙食しましょう。**食事や水分補給が済んだらすみやかにマスクをつけること。

部活動時の対策

・**活動開始前に健康観察**を行う。**少しでも体調がいつもと異なる場合は活動に参加せず下校する。**

★可能な限り感染及びその拡大リスクを低減させながら、なるべく個人での活動とし、少人数で実施する場合は十分な距離を空けて活動する。

★密集する運動や近距離で組み合ったり接触したりする場面が多い活動、向かい合って発生したりする活動は行わないようにする。

★**部活動終了後に生徒同士で食事することは控える。また、集まっておしゃべりしたりせず、すみやかに帰宅する。**

学校外での対策

・放課後はすみやかに帰宅する。

・不要不急の外出は控える。

・**学校外**で、友人や知人と一緒に活動する場合も、マスクの着用、身体的距離の確保等を徹底する。

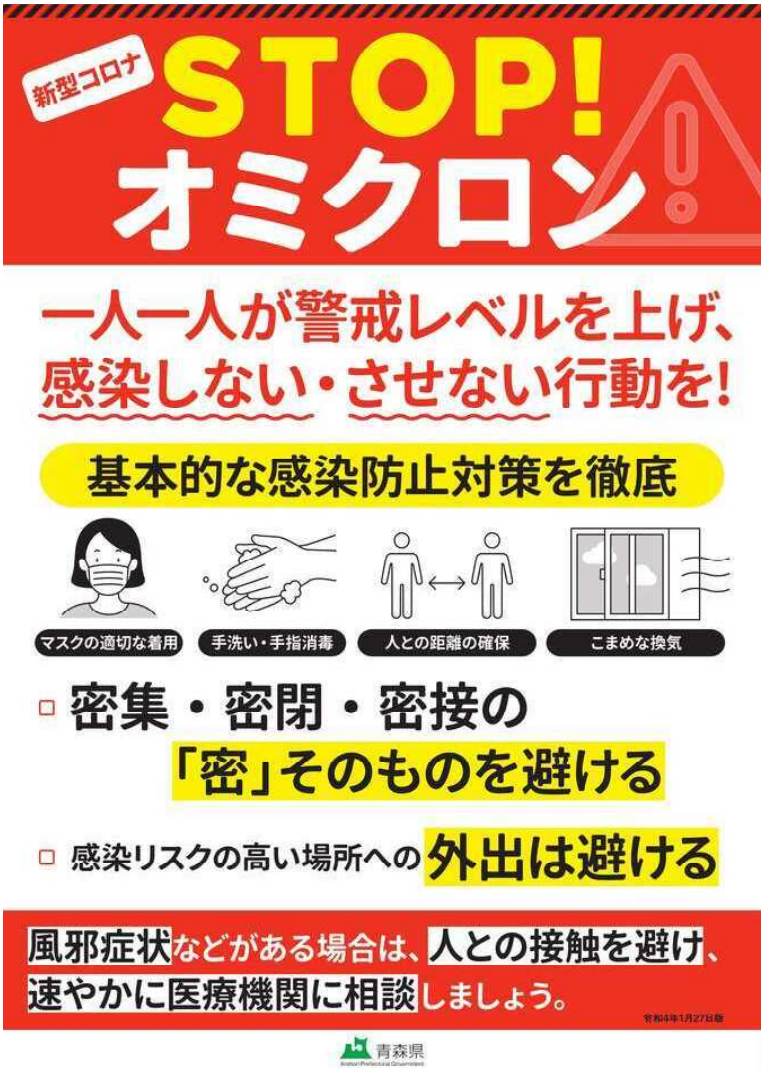
・**不特定多数の人が集まる場所**で活動する必要がある場合には、できるだけ**短時間で済ませる。**

・**家族以外の車への同乗、食事会は、極力行わない。**

学校からのお願い

・**体調不良、濃厚接触者に特定されたことにより、PCR検査の対象となった場合は、すみやかに学校に連絡をお願いします。**

・体調不良で欠席する際は、必ず連絡をお願いします。その際、**どういう症状かくわしく**お知らせください。

・**登校後に体調が悪くなり早退**する場合は、**家族の方に迎えに来てもらい帰宅する**ことになります。ご協力よろしくお願いします。

よろしくお願いします