



令和2年(2020年)
12月発行
豊中市立第十四中学校
保健室



本人及び同居者に発熱等のかぜ症状がある場合は、登校を控えましょう!

学校全体で感染予防対策を!

★みなさんは、家を出る前に自分で体調のチェックをしていますか?

朝の健康観察・検温の時間を作るためには、少し早起きをしてください。



- 健康観察表の症状欄にチェックが入った場合は、登校を控えてください。
- かぜ症状があったり、体調が、「いつもとちがう」と感じたら、登校を控えましょう。
- 体調の良し悪しを判断するには、自分の平熱を知っておくことが大切です。



かぜやインフルエンザ、ノロウイルスによる感染性胃腸炎などの流行は、例年、冬を中心に起こっています。そして今年は、コロナウイルス感染症の流行で、例年以上に、感染症対策が求められます。学校全体で感染予防対策をしないとイケません。

対面で人と人の距離が近い接触(互いに手を伸ばしたら届く距離でおよそ2mとされています)が、一定時間以上、多くの人々との間で交わされる環境は、リスクが高いです。感染しやすい環境に行くことを避け、手洗い、咳エチケットを徹底しましょう。みんなで感染しやすい環境を作らないことも大切です。

《保護者の方へお願い》

大阪府内における新型コロナウイルスの感染拡大状況を踏まえ、「大阪モデル」を「イエローステージ(警戒)2」から「レッドステージ(異常事態)1」として引き上げられることが決定されました。豊中市でも増加傾向にあり、感染経路が不明のケースや、家族間の感染、幅広い年齢層で感染が確認されています。

「学校内に外からウイルスを持ち込まない(感染源を断つ)」ために、引き続きお子さまの健康状態の把握ならびに感染予防の指導について、ご理解ご協力をお願いいたします。

- お子さまが、平熱より1.0℃以上熱がある場合や37.5℃以上の熱がある場合、または、かぜ症状がみられる場合は、登校を見合わせ、自宅で様子を見てください。
- お子さま本人及び、同居者に かぜ症状がある場合は、登校を控えてください。
- 学校で健康観察を行い、以下の症状がみられた場合は、早退の措置を取らせていただきます。
(※兄弟姉妹も同様 に早退の措置を取らせていただきます。ご了承ください。)

- ① 平熱より1.0℃以上の熱がある場合
- ② 37.5℃以上の熱がある場合
- ③ 熱は無くても体調が優れない場合

かぜ症状がある場合も早退となります。

①マスクをどういう場面でつけますか?

①マスクをつける場面

- 登下校・授業中・休み時間・掃除の時間・昼休み
- 体育と部活動(外す指示をされていない時)

②フィジカルディスタンス(物理的距離)取れていますか?



検温・健康観察を忘れずに!

② 現在では、新型コロナウイルス感染防止対策として、2メートル以上の対人距離を呼びかける「ソーシャル・ディスタンス(社会的距離)」という言葉が定着しつつあります。しかし、この言葉は「人と人の社会的なつながりを断たなければならないとの誤解を招きかねず、社会的孤立が生じさせる」おそれがあることから、世界保健機関(WHO)では「身体的、物理的距離の確保」を意味する「フィジカル・ディスタンス(物理的距離)」に言い換えるようになっていきます。



手洗いをしていますか?

手洗いをする時は...

- 教室に入る前・食事前
- 共有のものに触れる前に。



寒いですが、室内の空気をこまめに入れ替えて密室空間にならないようにしましょう!

うらも読んでね



学校内では「マスク着用」 = 自宅以外は、マスク着用です

マスクはなぜ必要？

		屋外及び、換気のできている部屋	換気のできていない室内
マスクあり	大声でない普通の会話	密集を避ける	密集を避け、短時間で
	応援、大声の会話、歌唱	1m離れる	不可
マスクなし	大声でない普通の会話	密集を避ける	不可
	応援、大声の会話、歌唱	2m離れる	不可

★無症状の感染者から感染拡大を広めないためにマスク着用が必要です。

★自分がかからないためにマスクをするのではなく、他人に感染させないためにマスクをします。



マスクを外してもいい時

★体育・部活動の場面

・呼吸がしんどくなるような活動
教科担当先生・顧問の指示で外す

せきエチケットを守ろう

せきやくしゃみが出る人は、ほかの人に感染を広げないためにマスクをつけるなど「せきエチケット」を守りましょう。

〈マスクの正しいつけ方〉
鼻からあごまでを、すきまなくしっかりとおおう。

〈マスクがないとき〉
ハンカチやティッシュがあるときは、それで鼻と口をおおう。使ったティッシュはすぐに捨てる。

〈まちがったつけ方〉
鼻やあごが出ている。すきまがある。

上着の内側やそでで鼻と口をおおう。手のひらでじかにおおわないように。

★新型コロナウイルス感染後の症状が出ていない潜伏期間中にも感染性があることがわかってきました。

★外出時、屋内にいる時、会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用です。



マスクを外してはいけない時

★体育・部活動の場面

・練習前後の準備、
・密集した状況でのミーティング
・軽めの運動
・しゃべる時
・休憩
・記録

★食事の場面

・食事開始直前にマスクを外し、食事が終わればすぐにマスクを着ける。

・食事中は、前を向いて、しゃべらずに食べる。

・食事中にしゃべらないといけない時は、食事をいったん止め、マスクをつけてからしゃべる。

マスクをつけているから自分は安心、と思わず基本的な感染対策もおろそかにしないようにしましょう。



★『マスクを外すタイミングを少なくする』ことで、感染リスクを下げることになります。

★学校内に持ち込まない、感染を拡大させないためにも、一人ひとりがマスク着用と三密を避けることを意識することが大切です。