

学校生活を始めるにあたっての注意事項

保健通信1号 2020.6.2
長野高等学校 保健部

1) 健康観察

- ・登校前に検温と症状チェックを必ず行う。結果を記録した健康観察カードを持ってくること。
- ・検温をしていない場合は教室には入れません。忘れた場合は教室に上がりず、職員室へ行くこと。

健康観察のポイント

- ① 発熱がないか（裏面に正しい体温の計り方について載せています）
 - ② 風邪などの症状がないか（咳・息苦しさ、全身のだるさ、のど痛、鼻水・鼻づまり、頭痛、関節・筋肉痛、下痢、嘔吐など）
- ☞ 普段より高い熱であれば、無理して登校せず、様子をみましょう。
 - ☞ 特に、息苦しさや強いだるさがある場合には注意してください。
 - ☞ 熱が下がらない、症状が悪化する場合は病院受診を検討してください。
→ 新型コロナウイルスにかかった疑いがある場合は、速やかに学校に連絡してください。



2) 体調が悪くなったら

- ・これまで通り、担任か授業担当の先生に伝えて、保健室に行ってください。
- ・密接を避けるため、生徒同士の付き添いはしばらくの間、避けてください。
- ・体温や症状によっては、保健室以外の教室で待機してもらうことがあります。

3) 手洗い

- ・登校後、トイレの後、昼食の前など、こまめに手洗いをしてください。
- ・毎日、清潔なハンカチやタオルを持参してください。
- ・流水と石けんの手洗いを丁寧に行う（30秒以上）ことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒を使用する必要はありません。
- ・アルコール消毒の共用が気になるようであれば、各自、家庭から持参してください。
- ・アルコール過敏症の人は、流水と石けんの手洗いを行ってください。



4) マスク・ゴミの捨て方

- ・基本的に、マスクは常時着用しましょう。マスクを忘れた場合は教室に入れません。職員室へ行ってください。
- ・鼻水等をかんだティッシュや使用済みのマスクは、袋などに入れて、密閉して捨てるようにしてください。
教室のゴミ箱の近くにビニール袋を準備しています。



5) 換気にご協力を

- ・休憩時間には窓とドアを開けての換気を行います。（エアコン使用時も）効果的に空気を入れ替えるために、①正門側の窓、②廊下側の扉・窓、③廊下の窓を開けてください。窓側の席の人は協力をお願いします。



6) 使用禁止のトイレがあります

- ・毎日校舎の消毒を行うため、衛生管理上、一部（特別棟東側）のトイレを使用禁止とします。
- | | | | | | | |
|------|----|------|-------|----|----------|-------|
| 使用禁止 | 1階 | 保健室横 | 男子トイレ | 2階 | CALL 教室横 | 女子トイレ |
| | 3階 | 図書室横 | 男子トイレ | 4階 | 視聴覚室横 | 女子トイレ |

7) 3密を避ける・ソーシャルディスタンスを保つ

①登下校

- ・電車やバスを利用する場合は、「マスクをきっちり付ける」「混んでいる車両を避ける」「降車後はできるだけ早く手洗いをする」など心掛けましょう。

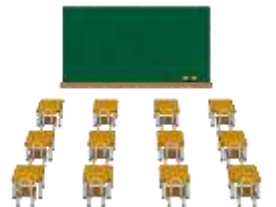


②休み時間

- ・特に下足ロッカーは密集状態になりやすいため、ロッカー付近で溜まらないようにしてください。
- ・校内の冷水機は利用できますが、使用するのが不安な場合は、自分の水筒などにうつして飲む等対策をしてください。

③昼食

- ・食事中はマスクを外すことになります。「食事中は極力会話を控える」「向かい合って食事をしない」など、一人一人が周りのことを考えて行動してください。※教室では席の移動はしないこと。



④食堂

- ・6月15日から利用できます。
- ・食堂後ろの手洗い場で必ず手洗いをして注文に行ってください。
- ・密集を防ぐため、座席の間隔をとっています。座席を守って使用してください。
- ・食堂や売店で列を作って並ぶ際には、距離をとって並んでください。

8) 健康診断について

- ・今年の健康診断（内科、歯科、尿検査、心臓検診）については、例年に比べて遅くなります。管理している疾患がある人で病院受診をする際は、担任または保健室に知らせてください。