

学校再開に向けて

6/1から学校が再開するにあたり、あずま中でも生徒が安心、安全に過ごすことができるよう様々な対策を行ってまいります。

現段階で学校、家庭でできる感染症対策は手指衛生、マスクの着用、換気、施設消毒等の一般的な方法です。教職員全体で共通認識を持ち対応していきますので、ご家庭でもご協力をお願いします。

日々の学校現場における「**3つの条件（換気の悪い密閉空間、多くの人が密集、近距離での会話や発声）**」が重なる場を避けるよう配慮します。



保護者の方へ（お願い）

○検温について

- ・登校前に必ず検温と健康観察を行ってください。検温の記録はあずまライフに記入します。
- ・37.0℃以上の場合や平熱より高い場合、かぜ症状がある場合は無理に登校せず、自宅で休養してください。（※平熱が低い場合や高い場合は事前に学校にご相談ください。）

○持ち物について

- ・ハンカチ、マスクの準備をお願いします。毎日清潔なハンカチやタオルを持たせてください。
- ・マスクの色や柄、形は指定しません。

○早退について

- ・発熱者、体調不良者は早退させます。保健室での休養は原則なしとさせていただきます。
- ・自力で帰宅が困難な場合は、迎えをお願いします。

学校での取り組み

○手洗いについて

- ・登校後、外から教室に入るとき、トイレの後、給食の前など石けんでのこまめな手洗い指導を行います。
- ・登校時、図書室への入室前後、給食当番は消毒を行うよう指導します。

○マスクについて

- ・運動中や給食時を除き、室内ではマスク着用を徹底します。
- ・熱中症に十分注意し、こまめな水分補給を行うよう指導します。

○換気について

- ・教室は、廊下側のドアと欄間、窓を常時開放し換気を徹底します。
- ・エアコン使用時も同様に換気を行います。
- ・廊下やトイレは、窓を常時開放し換気を徹底します。



○給食について

- ・給食当番以外の生徒も手洗いを徹底します。
- ・前向き給食とし、飛沫を飛ばさないよう会話を控えます。

○施設等の消毒について

- ・1日1回以上、教職員による施設の消毒を徹底します。
- ・教室やトイレ、水盤など特に多くの生徒が手を触れる場所を中心に行います。
- ・給食前は毎回、配膳台の消毒を行います。

【生活のリズムを整えよう】

6月から学校が再開します。みなさんの生活のリズムはどうですか？いまだに夜更かしをしたり、朝遅く起きたり、ご飯を三食食べていなかったりしていませんか？規則正しい生活は、健康で強い体をつくるための基本です。体をもとの状態に戻す意味でも、感染症予防の意味でも、「早寝・早起き・朝ごはん」を心掛けて免疫力を高めましょう。



1人1人の予防が感染拡大を防ぎ、
自分を守ることにつながります

【熱中症に注意しよう】

熱中症は毎年梅雨明けから8月にかけて多く発生します。しかし、今年は臨時休業に伴い運動の機会が減り、体力が低下していることが考えられます。また、マスクをつけていることで熱がこもりやすくなったり、のどの渇きを感じにくくなったりする心配があります。今まで以上に熱中症予防に努めましょう。

<熱中症の症状>

軽

- ① めまい・失神・立ちくらみ・生あくび

じっと立っていたり、立ち上がったとき、運動後などに起こる

- ② 筋肉の硬直（こむらえり）・筋肉痛・大量の発汗

発汗にともなう塩分の欠乏



中

- ③ 頭痛・気分の不快・吐き気・おう吐・倦怠感・虚脱感

体がぐったりする、力が入らない、軽い意識障害あり



重

- ④ 意識障害・全身のけいれん・手足の運動障害・高体温・皮膚乾燥

呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある（全身のけいれん）、まっすぐ歩けない・走れない



119番

☆熱中症を疑う症状があり、意識がない、呼びかけに対する返事がおかしい場合はすぐに救急車を呼びましょう。

☆自力で水分がとれないときや、水分をとれていても症状が改善しないときは病院を受診しましょう。

涼しい場所で休む 暑いときは無理をしない こまめな水分補給を！

