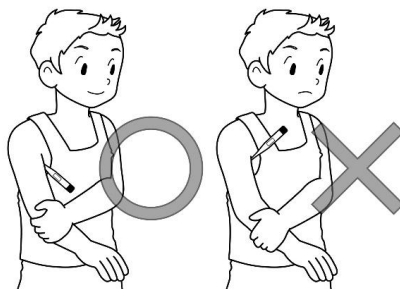
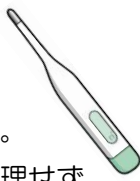


感染予防のための8か条

①毎朝登校前に 検温！

- 37.5℃以上の場合は必ず休んでください。
- 熱がなくても体調がおかしいと感じたら、無理せず自宅で様子をみましょう。
- 学校に連絡の際は、詳しい症状を伝えてください。
(体温、喉の痛み、咳、だるさなどの症状、
家族や周囲の感染状況など)



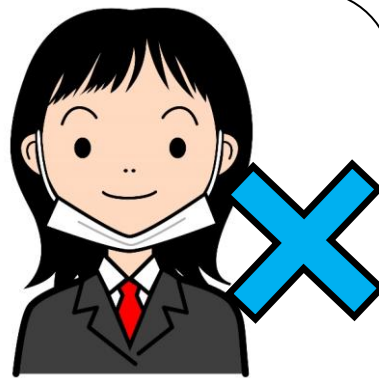
体温計は下から斜め45度の角度で計測。
上から入れると脇にフィットしません。

②マスク着用！

- 会話や咳などでウイルスを含んだ飛沫を飛ばさないために、マスクは必ず着用してください。
- 症状がなくても、「もしかしたら今自分が感染しているかもしれない」という意識を常に持ち、相手を感染させない思いやりを持ちましょう。



マスクは鼻まで！



顎マスクは全く意味がありません

③咳エチケット

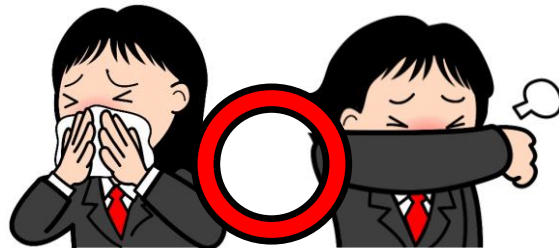
- 咳やくしゃみ、会話で飛沫を飛ばしてはいけません。

▲望ましい行動

- ①マスクをしたまま咳をする。
- ②ハンカチやティッシュで押さえて咳をする。
- ③洋服の袖で口をふさいで咳をする。

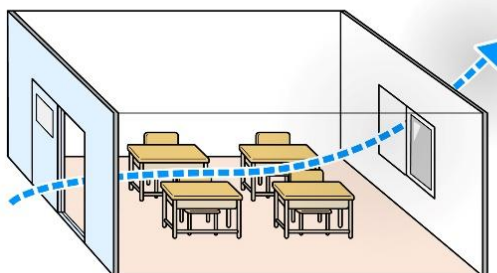
▼やめてほしい行動

- ×何も押さえず、空気中に咳をする。
- ×手で押さえる。(すぐに石鹸で手を洗いましょう。蛇口も)



④常時換気

- 教室の窓は常にかけておきましょう。
- いつもきれいな空気の中で授業を受けましょう。眠気も半減します。
- 換気のポイントは、対角の窓を開けること。
空気が流れやすくなります。
- 暑い日、寒い日があるので、衣服で調整してください。



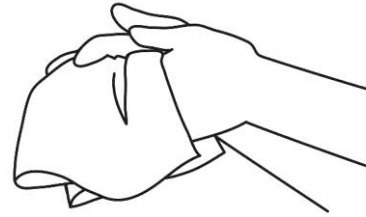
⑤ 手洗い

- 消毒よりも基本は手洗い！！
- 手についた雑菌を石けんで下図のようによく洗い流します。
- 洗いすぎてカサカサになってしまうと雑菌が付着しやすくなります。手のケアも忘れずに。



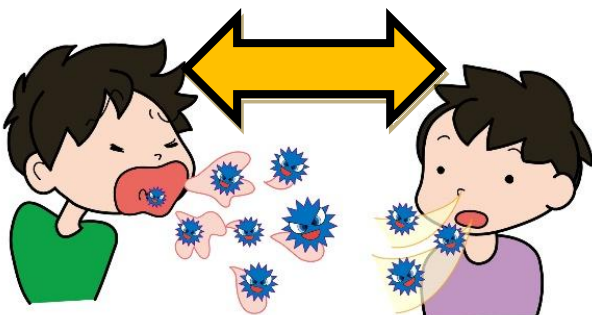
⑥ ハンカチ忘れずに！

- 手洗後は、自分のハンカチで手を洗いましょう！ハンカチの使用は、手に残っているかもしれないウイルスを広げないことが目的です。
 - ハンカチは毎日洗濯し、常に清潔なものを使用してください。
- ▼やめてほしい行動
- ×手を大きく振り、手についた水を空気中にばらまく行為（水道の中だけにしましょう）
 - ×制服のズボンやスカートをハンカチ替わりにする行為（友人の制服で拭くのは問題外）
 - ×手についた水を友人の顔に引っ掛ける行為は最悪です。



⑦ 会話の距離は2メートル

- 校舎内では無理かもしれませんが、でも感染を防ぐにはそれだけの距離が必要だということを意識して会話してください。
- 無駄に大きな声を出さないよう、気をつけましょう。
- 会話以外にも、物の貸し借りは極力やめましょう。付着したウイルスを相手に与えてしまうかもしれません。
- 教室移動の際も体が触れ合わないよう歩きましょう。手をつなぐのはやめてください。



⑧ 弁当は前向きで

- 弁当の時間はマスクを外す最も感染リスクの高い時間です。向かい合って食べず、まっすぐ前を向いて静かに食べましょう。
- どうしても話がしたいときは、外や中庭などで横並びで食べることをおすすめします。

