

保健だより

新型コロナウイルス感染症

緊急事態宣言発令中

兵庫県立高砂南高等学校

緊急事態宣言が発令されました。新型コロナウイルス感染対策を徹底してください。

【感染源対策】

1 体温・健康状態確認

- (1) 毎朝、「体温・健康状態※」を7時 50 分までにオンライン上で報告すること。(1年生は書面報告)

送信できない場合は、保健室前で「体温・健康状態確認票」に記入し、報告すること。

※ 欠席・出席停止中であっても、オンライン送信すること。

- (2) 発熱等の風邪症状がある場合は、医療機関あるいは健康福祉事務所(保健所)、新型コロナ健康相談コールセンターへ相談し、指示に従うこと。

※ 同居の家族に発熱等の風邪症状やPCR検査を受けている者がいる場合は、登校せずに見合わせ、症状がないか様子を見ること。

- (3) 朝のHR及び授業時に健康観察を行う。部活動では、各部で必ず健康チェックを行うこと。

2 共用物の消毒

清掃時間等を利用してアルコール消毒をする。特に、手を触れる箇所(ドアノブ、手すり、スイッチ、蛇口、レバー等)を行う。消毒できない物品等を使用する場合は、使用前後の手洗いを徹底する。

【感染経路対策】

3 手洗い・手指消毒

流水と石けんで30秒以上かけてしっかり洗う。手指用アルコール消毒を積極的に利用する。

- ①教室に入る前 ②咳やくしゃみ 鼻をかんだとき ③昼食の前後 ④トイレの後
⑤共有のものを触ったとき ⑥掃除の後 ⑦部活動の前後 ※自宅でも同様

4 マスク着用・咳エチケット

- (1) マスクを着用する。マスクとフェイスシールドを併用してもよい。

- ①玄関・自転車置場でマスク着用してから校舎内に入る。
②電車やバス等の交通機関を利用する際は、必ずマスクを着用する。
③マスクをはずしての会話は行わない(食事中、部室内、登下校中、屋外や公共交通機関等)。
向かい合って食事をしない。食事後は、すぐにマスクを着け、食事中の人に話しかけない。

- (2) マスクを外してよい場合

- ①体育の授業での運動中、運動部活動中。運動時以外はマスクを着用する。
②熱中症などの健康被害が考えられる場合。
③人との距離が十分保てる場合。

- (3) 咳エチケット

周囲の人から離れ、マスクやハンカチ、袖等で口や鼻をおおう。手で押さえない。

5 換気

常に換気を行う。2方向の窓を同時に開ける。

6 外出

不要不急の外出はしない。路上やコンビニ等で集まらない。

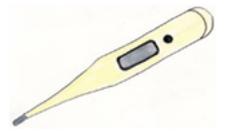
【集団感染対策】

7 3密「密閉空間」「密集場所」「密接場面」

- (1) 身体的距離の確保。ソーシャルディスタンスを保つ。
(2) 体が接触する行動や活動を避ける。

8 抵抗力

- ①十分な睡眠 ②適度な運動 ③バランスのとれた食事



【新型コロナウイルス感染症相談窓口】

- (1) 新型コロナ健康相談コールセンター： 電話：078-362-9980 FAX：078-362-9874
受付時間：24時間(土曜日・日曜日・祝日含む)

- (2) 兵庫県 帰国者・接触者相談センター：

加古川健康福祉事務所 電話：079-422-0002(平日9～17時30分)

加東健康福祉事務所 電話：0795-42-9436(平日9～17時30分)

中播磨健康福祉事務所 電話：0790-22-1234(平日9～17時30分)

姫路市保健所 電話：079-289-0055(平日9～19時、土日祝日9～17時)

明石保健所 電話：078-918-5439(平日9～20時、土日祝日9～20時)

神戸市保健所 電話：078-322-6250(土日祝日含む24時間)