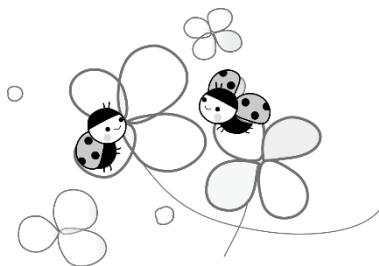


* 登校再開にあたって *



臨時休業措置は5月末まで延長されていますが、登校可能日が設定されることになりました。みなさん、体調は整っていますか？久しぶりに皆さんに会えるのを、とても楽しみにしています。

登校すると、今までよりたくさんの人と接触することになりますので、感染症対策をしっかりと意識して行いましょう。

☆ 自分の体調を把握する

以前配布した健康チェック表などを活用し、自分の体温や体調を把握し、少しでも体調が悪い場合は無理をせず、しっかりと休養しましょう。今回の新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は、発症前から感染力があることが知られています。「いつから体調が悪くなったのか」も重要ですので、元気なうちから把握しておきましょう。

☆ 規則正しい生活で基礎体力をつけ、免疫力を上げる

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）には、まだ特効薬はありません。感染しない・感染しても重症化しないために、体調を整えましょう。



☆ 正しい手洗いをする



手についたウイルスは、正しい手洗いでほとんど落とせます。手洗いだけでは不安な人は、手指消毒用アルコールを活用してください。ただし、濡れた手や汚いままの手に手指消毒をしても、効果はほとんどありません。まずはきちんと手洗いをし、きれいなタオルなどで拭きましょう。

☆ 正しくマスクを着用する

鼻と口をしっかりと覆い、隙間がないようにつけましょう。

ただし、これからの季節、気温や湿度が上がるとマスクが原因で熱中症になる可能性があります。

意識的に水分を取ったり、周りに人がいないときにはマスクを外すなどして気をつけましょう。



☆ 換気を十分に行う

教室などでは対角線上にある窓を最低2か所は開け、空気の通り道を作りましょう。



☆ 3密を避ける

久しぶりに友達に会えてうれしく、楽しくても、顔を寄せ合って話したり大声で話さず、適度な距離を保つようにしましょう。また、下校時間になったらできるだけ早く帰宅しましょう。

みなさんの自粛生活の効果で、全国的に新規感染者は減少傾向にあります。ただし、今後、さまざまな活動が再開され、たくさんの人が接触するようになると、また感染者が増えることは想像がつくと思います。せめて学校内で感染者が出ない・感染が拡大しないように、一人一人が意識して行動してください。