

中野中の皆さんが入学・進級してもうすぐ2ヵ月が経とうとしています。学校では授業を始め部活動や行事が延期・中止になり残念でしたが、中野中では学校再開に向けて準備してきました。今日は久しぶりにエネルギーに満ちあふれた皆さんの声や足音が聞こえ、先生たちの顔も自然にほころんでいます。

これから新型コロナウイルス感染症の動向をみながら、東京都内でも徐々に制限が解除されます。中野中では来週から分散登校が実施されますので、学校での感染予防対策についてお知らせします。まず生徒の皆さんがよく読んで理解するとともに、保護者の方にもご覧いただけてください。

安心して安全に学校生活を送ることが出来るよう皆さんの理解と協力が不可欠です。自分のために、みんなのために感染予防対策を守ってほしいと思います。

学校医 新井功先生からの助言 及び  
厚生労働省HPより引用

## 学校での感染予防対策

### 1 健康カードに体温・自覚症状などを記録して、学校に持ってこよう

登校時に先生が健康カードを確認するので、出してください。

朝の健康観察で発熱が見られたりや体調が悪い場合は、学校へ連絡の上、無理をせず休んでください。



### 2 石けんを使って30秒手洗いをしよう

適切なタイミングで、石けんを使った正しい方法で手洗いをすることで感染を防ぐことが出来ます。



- 1 ポイントは、指の間、指先、手の甲、手首まで石けんを使ってもみ洗い・ねじり洗いをして、十分に洗い流すことです。
- 2 タイミングは、①外から中に入った時、②食事の前、③トイレの後、④共有部分に触れた後、⑤顔に触れる前です。
- 3 自分のハンカチで、水分をよく拭き取りましょう。何度も使うので、ハンカチを2枚持ってきても良いでしょう。ハンカチ・ティッシュを忘れずに持ってきましょう。

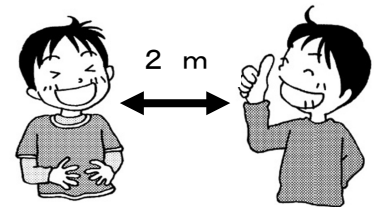


### 3 他の人と2m（最低でも1m）離れよう

2メートルとは、皆さんお足でおよそ4歩分です。めやすに廊下にテープで目印を貼ってあります。参考にし距離をとりましょう。

### 4 体を使ったコミュニケーションは控えて、横並びで話そう

友達の手や肩、背中などに触ったり、たたいたりせず、言葉でコミュニケーションをとりましょう。



### 5 マスクをしよう



登下校時や学校内で、マスクをつけましょう。暑くなり息苦しい時は、無理せず、人混みから離れた所でマスクを外し、水分をとりましょう。

暑い日は、夏服を着て調節しましょう。毎日、朝食をとるとともにコップ1杯以上の水分をとってきましょう。学校へは水筒を持ってきましょう。



### 6 廊下や階段は右側通行を守って、一列で歩こう

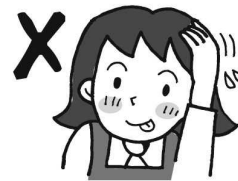
廊下や階段は人とぶつからないように、左側通行で、横に並ばず1列で歩いてください。1年生は北階段、2年生は東階段、3年生は中央階段を使用してください。

## 7 トイレや手洗い場では、前の人と離れて順番を待とう

登校時の手洗いや休み時間のトイレなど前の人が使っている場合は、2メートル離れて順番を待ちましょう。

## 8 顔や髪の毛を触らないようにしましょう

前髪や横・後ろの髪など、顔に髪の毛がかからないように整えてきましょう。また、顔に触る癖がある人は触らないようにしましょう。



## 9 他の人と物の貸し借りをするのはやめよう

物を介しての接触感染を防ぐために、自分の物を用意して使ってください。



## 10 具合が悪くなった時は、すぐに先生に伝えよう

体調不良を先生に伝えられるように、言動に注意してクラスの雰囲気をよくしましょう。誰でも具合が悪くなることがあります。クラスで具合が悪いことを隠すことは、本人にもクラスのものにも良いことはありません。

体調不良時は先生に申し出て保健室に移動し、養護教諭の指示に従ってください。発熱が見られた生徒は基本的に早退になります。家庭と連絡がとれるよう、保護者の方と確認しておいてください。

なお、長期の外出自粛により体力・免疫力の低下が予想されます。風邪や様々な感染症にもかかりやすいことを自覚しておきましょう。そのために、まずは十分な睡眠と食事で体調を整えておくことが大切です。

### 保護者の皆様へ

6月からの分散登校に向けて、校内の感染対策についてお知らせします。生徒については、上記の通り、体調確認と感染予防および指導を行います。環境面その他については以下の通り実施します。保護者の皆様には、ご心配・お手数をおかけしますが、お子様の健康観察・体調管理および感染予防策にご理解ご協力をお願いいたします。

- 1 国から生徒へ布マスクの配布がありましたので本日お子様に持たせます。洗って複数回使用できますので登校時などにご使用ください。
- 2 環境面では、清掃業者の方と教職員が協力して、手すり、蛇口、ドアノブ、トイレ、机、椅子、テレビ台など校舎内の清掃・消毒を行います。感染状況及び学校の実態に合わせて、東京都、中野区、学校医等の方針・助言を受け安全に教育活動が実施できるよう適宜効果的な感染予防対策を検討し実施して参ります。
- 3 個別に配慮することがありましたら、学校へご連絡ください。なお、手指消毒剤はご持参いただいても構いません。
- 4 体調不良時は、保健室での休養はせず、早退になります。保護者の方に連絡し、お迎え又は了承がとれ次第、1人で早退させ帰宅後に生徒から学校と保護者に帰宅の連絡をお願いしています。
- 5 2、3年生は、本日保健調査票を渡しますので、連絡先・感染症歴など変更点を赤字で記入の上、6月1日(月)に学校へご提出ください。

お世話になる  
学校医の先生です



●内科 新井クリニック 新井 功 先生

●眼科 福田眼科 福田 敏雅 先生

●耳鼻科 熊埜御堂耳鼻科 熊埜御堂 浩 先生

●歯科 岡歯科医院 岡 伸二 先生

●歯科 安田歯科医院 安田 好廣 先生

●薬剤師 濱 玉緒 先生

健康診断は9月以降に実施予定です。

今は、学校でのコロナウイルス感染症の予防策や健康管理について、学校医・薬剤師の先生方に助言・指導いただいています。

お世話になる際には忘れずに挨拶をしましょう。