

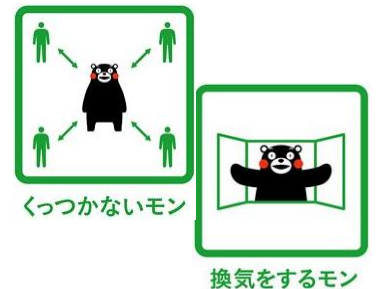
登下校中および学校生活についての注意

<登下校の際は…>

- マスク着用…自宅を出てから帰宅するまでの間、常にマスクを着用。できれば予備マスクも携帯しましょう。
- 毎朝の検温…朝の検温にて発熱や風邪の症状がみられる場合は、登校することはできません。
- 時間に余裕をもって登校すること（熱中症に注意してください…マスクを着けて走った場合、脳に届く酸素が少なくなり、判断力が鈍くなります。そのため、汗をかき量が増えても、脱水状態など体調の微妙な変化に気付かず、熱中症になりやすくなります）
- 手すりなどは、極力、触らないようにしましょう。
- 電車内では会話を控えましょう。

<学校では…>

- 接触を控えましょう。会話するときも社会的距離（1～2m）を保ちましょう。
- 教室の換気（2方向を開ける）。
- まめに手洗い（帰宅後、食事前、水分補給前など。トイレ後だけでなく、手洗いをしましょう）
- 学校に長居をせず、寄り道をしないで帰宅しましょう。



参考ホームページ：くまモンオフィシャルサイト



熱中症 いつもの夏よりも備えを

上手に汗をかくには、暑さに徐々に慣れていく「暑熱順化」が必要です。例年は初夏の時期から少しずつ暑さに慣れて、汗をかきやすい「夏の体」に変わるはずが、今年は外出の機会が減っているため「暑熱順化」が進みません。

<自宅で暑熱順化…適度な運動、風呂も活用>

適度に運動をしたり、時々お風呂につかったりしてください。汗をかくことで、暑さに慣れましょう。

ただ、その際は水分補給を忘れないようにして、無理のない範囲で行ってください。

参考ホームページ：環境省

マスクを捨てるときはご注意を

ごみの捨て方

- ①ごみ箱にごみ袋をかぶせませす。いっぱいになる前に早めに②のとおりごみ袋をしぼって封をしましょう。
- ②マスク等のごみに直接接触することがないようにしっかりとしぼります。
- ③ごみを捨てた後は石鹸を使って、流水で手をよく洗いましょう。



※万一、ごみが袋の外に触れた場合は、二重にごみ袋に入れてください。



家庭でマスクを処分するときは、左記にある『ごみの捨て方』を参考にしてください。

家族だけでなく、ごみを扱う市町村の職員や廃棄物処理業者にとっても、感染症対策として有効です。

使用したマスク等の路上や公園、民有地などへのポイ捨ては絶対にやめましょう。

新型コロナウイルス感染症と人権問題

新型コロナウイルス感染症についての誤解、偏見、不安などにより、感染された方とご家族、治療にあっている病院関係者等に対する、不当な差別や SNS での攻撃的な書き込みが問題になっています。

生徒のみなさんは、正しい情報に基づいた冷静な行動を心掛けてください。参考ホームページ：大阪市、日本赤十字社

新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！

ひとりひとりが気を付けないと
ワタシはこうやって力をつけていくよ...

第1の“感染症”
「病気」

第2の“感染症”
「不安」

第3の“感染症”
「差別」

3つの“感染症”は
つながっている

2

新型コロナウイルスによる感染が
流行しています。

「3つの“感染症”」という顔
があることです。
知らず知らずのうちに私たちが
影響を受けていることをみなさんは
ご存知ですか？

実はこのウイルスが怖いのは、
「3つの“感染症”」という顔
があることです。
知らず知らずのうちに私たちが
影響を受けていることをみなさんは
ご存知ですか？

1

第1の“感染症”は
病気そのものです

このウイルスは、感染者との接触で
うつることがわかっています。
感染すると、風邪症状や重症化して
肺炎を引き起こすことがあります。

第2の“感染症”は
不安と恐れです

このウイルスは見えません。ワクチンや
薬もまだ開発されていません。
わからないことが多いため、私たちは
強い不安や恐れを感じ、ふりまわされて
しまうことがあります。
それらは私たちの心の中でふくらみ、
気づく力・聴く力・自分を支える力を
弱め、瞬く間に人から人へ伝染して
いきます。

第3の“感染症”は
嫌悪・偏見・差別です

不安や恐れは人間の生き延びようとする
本能を刺激します。
そして、ウイルス感染に
かかわる人や対象を
日常生活から遠ざけたり、
差別するなど、
人と人との信頼関係や
社会のつながりが
壊されてしまいます。

3

第1の“感染症”を
ふせぐために

1人1人が衛生活動を徹底しましょう。
「手洗い」
「咳エチケット」
「人混みを避ける」

第2の“感染症”に
ふりまわされないために

気づく力を高める
聴く力を高める
自分を支える力を高める

第3の“感染症”を
ふせぐために

「確かな情報」を拡めましょう。
・差別的な言動に同調しないように
みなさんそれぞれの場所で感染を拡大
しないように頑張っています。
・小さな子どもがいる家庭
・高齢者
・治療を受けている人とその家族
・自宅待機している人
・医療従事者
・日常生活を送って社会を支えている人

この事態に対応しているすべての方々に
ねぎらい、敬意を払いましょう。

4

新型コロナウイルス感染症の 影響下で働く方々に、感謝とエールを♡



私たちの命を守るため医療従事者の方や、私たちの生活を支えるためスーパーやドラッグストア、物流・公共交通機関、保育や介護の施設などで、多くの方が働いています。海外では「エッセンシャル・ワーカー」「フロントライン・ワーカー」などと称され、感謝と尊敬を集めています。

新型コロナウイルスと闘ってくれている人々に、みんなで感謝とエールを送れる社会でありたいですね。



