

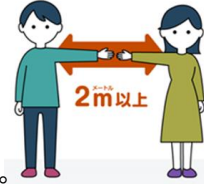
～ 新型コロナウイルス感染拡大防止対策 ～

未だに猛威を振るう新型コロナウイルスの予防を行うために、2・3年生は改めて陽北中生としての生活を
確認し、自分たちで声を掛け合いながら学校生活を送ってください。1年生は、小学校との違いを感じながら
早く陽北中生としての生活に慣れるようにしてください。

1 一人ひとりの基本的感染対策（「新しい生活様式」をもとにした対策）

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保 ②マスク着用 ③手洗い

- ・人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- ・会話をする時は、可能な限り真正面をさける。
- ・症状がなくてもマスク着用。
- ・手洗いは30秒程度かけて水と石けんでていねいに洗う。
- ・自分のハンカチで手をふく。（他の人とハンカチの貸し借りはしない。）



これらをしっかりと
習慣化して、自分たちで
判断・行動できるように
しましょう！！

2 日常生活（学校生活）を営む上での基本生活様式

- ・こまめに手洗い ・咳エチケットの徹底 ・こまめに換気 ・身体的距離の確保
- ・3密の回避（密集、密接、密閉）
- ・毎朝の検温、健康チェック…発熱またはかぜの症状がある場合は、無理せず自宅で休むようにする。

3 登下校時及び校内での服装

- ・登下校は、「体育着」を着用とする。（学校側から指示が出るまで）
- ※ウイルスやほこり等をその都度洗濯することや、着替え時の密集防止、着替えの回数を減らす観点から。



4 マスクについて（うがいや給食の食事中以外は、1日中着用する）

- ・マスクの色や形状、材質などは、しっかりと感染予防、飛沫予防できるものであれば、特に指定はしない。
- ・マスクを外す時は、ビニール袋に入れたり、または布等ではさんだりして保管する。
- ・マスクの処理は、帰宅後に家で行う。
- ・マスクをしていても大きな声を出さない。



5 持ち物等

- ・基本的に周りの人と物の貸し借りはしない。自分の物は自分だけが使うようにする。
- ・清潔なハンカチやハンドタオル、ティッシュを持参。
- ・しばらくは、歯磨きの代わりとして口をゆすぐ程度でも良い。（マウスウォッシュなども使用可能とする。）
- ・歯磨きが必要な場合は、周りの生徒に気を付けて水道周りで歯を磨くようにする。（密集を避ける）
- ・マスクを外した時に保管するためのビニール袋または布等を持ってくる。
- ・水とうの回し飲みは絶対にしない。
- ・感染症対策グッズについては、担任に相談し、許可を得てから使用すること。



6 基本的な1日の過ごし方（休日も含む）

- ・規則正しい生活を心がけ、不要不急の外出は引き続きしない。
- ・毎日の学習（予習復習など）を行い、早めに休む。睡眠時間を確保する。



・「短時間の外出」をする際は、次のことを守る。

- ① 行き先、帰宅時刻、目的などを、家族に伝えてから出かける。
- ② 人がたくさん集まる場所等（3つの密）は避ける。
- ③ 夜間外出・外泊は絶対にしない。
- ④ 帰宅したら、必ず手洗い（水と石けん等）、うがい、洗顔等をして、できるだけすぐに着替える。



7 コロナウイルスによる差別や偏見、いじめ等について

- ① コロナ感染者（接触者）や、医療従事者、感染から回復した人、社会機能を維持する上で必要な仕事に取り組んでいる人に対して誤解や差別、偏見は許されないので絶対にしない。
- ② 特定の人を嫌悪の対象として、差別や偏見を起こさない。また差別的な発言に同調しない。
- ③ 情報の真偽や出所を確かめずに、うわさなどに惑わされ、情報を拡散したりしない。
- ④ 「ふざけて」や「じょうだん半分」等での差別や偏見でも一切許されないので、絶対にしない。

『ウイルスの次にやってくるもの』 日本赤十字社がYouTubeに投稿した動画

人から人へと広がっていく“ウイルスより恐ろしいかもしれないもの”、またそれに対して“私たちができること”について、絵本アニメーションを通して語りかけているものです。

日本赤十字社は、オフィシャルサイトで『新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！～負のスパイラルを断ち切るために～』感染症の怖さを、「病気」「不安」「差別」という3つの側面から説明し、それらが負のスパイラルとなることで新型コロナウイルス感染症がさらに広がっていくものだと掲載しています。

【恐ろしい「そいつ」とは何を指すのか】

暗いニュースや間違った情報をどんどん食べて育って行って、人から人へと広まっていき…。やがて「ウイルスが広まったのはあいつのせいだ！」などと攻撃しあうようになって、人を傷つけ分断を生みます。ついには「もしも感染していたらどうする？」と自分の心を脅かすようになってしまいます。



【「そいつ」に支配される前にできること】

“そいつ”の名前は「恐怖」。「恐怖」が人々を追い詰め、混乱に陥れる…。そんな恐怖に飲み込まれる前に私たちができることを教えてくれています。それは…

- ・ 暗いニュースを見すぎず、不確かな情報を鵜呑みにしないで立ち止まる
- ・ 話を大げさにして怯えるのではなく、そのまま受け止める
- ・ 非難や差別の根っこにあるのは「過剰な防衛本能」だと気づく
- ・ 家族や友人と電話で話して笑う、いつもどおり食べて眠る！



【「恐怖は誰の心にもあるもの」】



ウイルスより恐ろしいのは「私たち」なのかもしれない…。日本赤十字社は動画の最後で、「恐怖は誰の心にもあるもの。だから互いに励ましあい、応援しあって、団結しよう」「正しく知って、正しく恐れよう」と呼びかけています。体だけではなく、自分の心と社会を守るよう、恐怖と正しく向き合っていきたいですね。



参照元：YouTube 日本赤十字社『ウイルスの次にやってくるもの』

さらに陽北中では、昨年度から「シトラスリボンプロジェクト」を実施し、制服にシトラスリボンをつけて生活しています。「地域」「学校」「家庭」で新型コロナウイルスによる偏見や差別、誹謗中傷をしないこと、させないことを示しています。またお互いが思いやりのある優しい気持ちで生活していこうという意味も込めたりして付けているものです。変異種なども出ている今、どれだけ予防に努めていても「いつ」、「誰が」、「どこで」感染するかは誰にもわかりません。正しく怖がり、正しく予防して、間違っても偏見や差別、誹謗中傷などに繋がらないように心構えを作っていきましょう。



8 1日の流れ

【流れ】	【生徒の感染防止対策及び注意点】
登校 (下校)	<ul style="list-style-type: none"> ・「<u>体育着</u>」で登下校する。(衛生管理上や暑さ対策の為) ・交通ルールを守り、人との距離を保ちながら登下校する。 一人で登下校する場合はマスクを着用しなくてもよいが、複数人で登下校する場合や人通りの多いところを通過して登下校する場合は、マスクを着用する。 ・校門を通過する時には、<u>必ずマスクを着用する</u>。 ・家で体温を測定していない場合、教室や保健室前に設置してある体温計を使用し、測定する。 ・登校後、教室への入室前に手洗い(水と石けんでいねいに)、うがいを行う。
朝の読書	<ul style="list-style-type: none"> ・しばらくの間、学級文庫の本ではなく、<u>自分で管理できる本を持参して読書を行う</u>。 ・本の管理は、各自で責任をもって行う。(机やロッカーの中に入れてまも可) ・友達との本の貸し借りは絶対にしない。 <p>【読む本について】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 興味のある本、読みたい本を持参する。 ② イラストばかりの本やマンガ、雑誌を除く ③ ①・②の内容を含めた図書室で借りた本 
朝の会	<ul style="list-style-type: none"> ・体温・健康チェック表に記入する。(体調不良の場合は、<u>必ず先生に報告すること</u>)
授業	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>授業の始めと終わりのあいさつをしっかりと行う</u>。(きびきびした動作で!) ・教科担任の指示に従い、感染防止に努めながら、集中して学習に取り組む。 ・私語は控え、<u>左右後ろを向いて友達に話しかける時は短時間で</u>。(飛沫感染防止) ・グループ活動は基本的に行わない。(可能な限り真正面での会話を避ける) 
休み時間	<ul style="list-style-type: none"> ・室内(教室・廊下等) → 大きな声(大声で話すこと、奇声を発すること、大笑い等)を出さない。 ・トイレ → 用を足したら、必ず水と石けんでいねいに手洗いをする。 トイレ内が密にならないように注意する。 ・決められた水道やトイレを使用する。(お互いにゆずり合って使用すること) ・3密にならないようお互いの距離感を考えて気を付けて行動する。 ・<u>体の接触があるじゃれ合いをしない</u>。(身体的距離の確保・トラブルの防止等のため)
保健室	<ul style="list-style-type: none"> ・理由がない場合は入室しない。(付き添いは廊下で待つ) <p>※原則、保健室は、体調などを確認と相談の場とする。回復が見られそうもない場合は、養護教諭や担任との相談で下校する。</p>
給食	<ul style="list-style-type: none"> ・手洗いは、密にならないように決められた時間と場所で行うようにする。 ・<u>机の向きは前向きで会話をせずに給食を食べる</u>。(配ぜん以外は席を立たない) ・配ぜん台と各自の生徒机は、必ず台ふきんで水ふきをする。 ・給食当番…手洗い(水と石けんでいねいに)をする。 白衣、三角巾、マスクをきちんと着用する。 <u>配ぜんは、すべて「いただきます」前に分けきる</u>。 <u>給食当番の分は、最後に自分で作る</u>。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>給食当番は、健康状態が良くない時、給食当番をしてはいけません!</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の給食は自分で取りに行く。→ <u>必ずマスクをつけて廊下に間隔を空けて並び</u>。 ・自分の机の上にハンカチを置いておく。(せき込んだ場合等に口元を押さえるため) ・不必要な物は置かないようにする。 ・食べる前後に勉強や読書はしない。(衛生面等の配慮) ・<u>「いただきます」の後は、出歩きをしない</u>。→ おかわりや給食の食缶への返却はしない。 ・食事の際に外したマスクは、マスクケースや袋に入れたり、布等にはさんだりして保管する。 ・片付けをする時は、一斉に食べるのをやめて、片付けをする。 ・片付けも必ず、<u>マスクをつけて間隔を空けて並び</u>。(密集を防ぐ) ・牛乳パックの回収は行わず、焼却ゴミで処分する。

<p>昼休み</p>	<ul style="list-style-type: none"> 給食終了後、手洗いを行ってから昼休みに入る。 給食後に口をゆすぐ（歯を磨く）時は、混雑を避け、周りの人に気をつけて行うようにする。 ※水道付近で、人との間隔はできるだけ最低1mは空けるようにし、無言で行う。 口を手で覆う、口を閉じて静かに磨く、静かに口をゆすぎ低い位置で吐き出すなど、周りへの配慮をする。 図書室での本の貸し出しは、学年別に利用日を決めて行う。（返却は利用日に関係なく可） 【図書室利用について】 ① 入室は30人までとなり、閲覧席は20人まで使用可能とする。 ② 図書室の使用前後にしっかりと手洗い（水と石けんでいねいに）をする。 特に昼休みは“3密”になる可能性が高い時間帯なので、身体的な距離を意識してとるようにし、お互いに気を遣って行動するように心がける。 
<p>清掃</p>	<ul style="list-style-type: none"> マスクを着用し、私語をせずに清掃を行う。 ほうきの掃き方などほこり等が巻き上がらないようにする。 モップを使用した場合は、モップについたほこりやゴミを静かに落とす。 床の雑巾がけは行わない。清掃道具を効率的に使用する。（感染対策） 清掃中にお互いの身体的距離が狭くならないように注意する。 ゴミ箱内の小さなごみ袋を処分する。 清掃中に消毒できる場所は、安全に気を付けて消毒を行う。 清掃終了後、教室への入室前に手洗い（水と石けんでいねいに）、うがいを行う。 
<p>集会</p>	<ul style="list-style-type: none"> しばらくの間体育館での全校集会は行わず、放送または校庭での全校集会を行う。 その他集会を行う場合は、「3密」に十分気をつけて行うようにする。
<p>部活動</p>	<ul style="list-style-type: none"> 活動前に十分な準備運動を行い、ケガの予防に努める。 活動前や活動中の自身の体調やコンディションを気にしながら、無理のないように活動する。 密集する活動や、身体的距離が近いまたは体が接触する活動、向かい合って発声する活動等は、しばらくの間行わない。 部活動中もこまめに手洗い（水と石けんでいねいに）、うがいを行うようにする。 部室などの使用は、3密になる可能性が高いので、短時間で利用し、一斉には利用しない。 部活動終了後も必ずしっかりと手洗い（水と石けんでいねいに）、うがいを行う。
<p>放課後</p>	<ul style="list-style-type: none"> 交通ルールを守り、人との距離を保ちながら寄り道をせずに下校する。 消毒は、窓やドア等の場所を安全に気を付けて消毒する。 家に帰ったら、必ず手洗いやうがい、洗顔等をしっかりと行う。できるだけすぐに着替える。 マスクの処理は、帰宅後に各自の家で行う。 不要不急の外出は控える。

☆ ここに書いてあること以外にも細かなルールやお願いがあります。詳細が書いてあるものをよく読んだり、先生方の話をよく聞いたりして生活するようにしてください。

☆ 先生も気付いたら生徒のみなさんに声をかけるようにしますが、できれば自分たちで的確な判断をし、行動できるようにして、自分の身を守るようにしてほしいと思います。

☆ 新型コロナウイルスの感染状況によって、ルールやお願いが変更になることがあります。その都度、連絡をしていきますので、臨機応変に対応してください。何かわからないことや困ったこと、確認したいことがあれば、遠慮なく先生方に聞いてください。

いろいろ大変だけど
陽北中
みんなで乗り切ろう！

