

鷺宮小学校の一日

感染症対策について改めて確認をして、引き続き健康に気をつけて生活していきましょう！

1日の流れ

☑登校 8:00~8:15

家を出る前にチェックしましょう！

- 体温を計りましたか？ 発熱等、体調の変化はありませんか？
- 起床時刻、就寝時刻は何時でしたか？ 生活リズムは整っていますか？
⇒「けんこうのきろく」を記入しましょう！
- 朝ご飯は食べましたか？
- マスクを付けましたか？

登校が早すぎて長時間並ばないように、また、遅れないように、登校の時間を守りましょう。

おはようございます！

- ① 登校してきた時は昇降口の密集を避けるために、列を作ります。
ケンステップで示した間隔で、2列に並びます。
1・5・6年生⇒西昇降口前
2・3・4年生⇒図工室側
- ② チャイムが鳴ったら、列の先頭の人から順に、昇降口に移動します。
- ③ 教室に荷物を置いて、手洗いをしましょう。
- ④ 「けんこうのきろく」を各学級でチェックします。
- ⑤ 熱が少し高めの人や体調が悪い人は保健室で対応します。

☑授業中



窓とドアを開けた状態で授業を行います。

専科の授業の（教室を移動した）後は、
手洗いをしましょう。
手洗い場も間隔を空けて使いましょう。

★専科教室にも手指消毒薬が置いてあります。必要に応じて使ってください。アルコールにアレルギーがある等、使用できない人もいます。気を付けましょう。

★専科の教室は先生たちが消毒をしています。

★委員会活動やクラブ活動も可能な範囲で実施しています。「密」にならないよう考えながら活動しましょう。

☑ 休み時間

- ★教室内や廊下、トイレ等での過ごし方も「密」にならないよう心がけて過ごしましょう。
- ★廊下では、「右側通行」を意識しましょう。
- ★校庭で遊ぶときはマスクを外しても構いません。教室で外してマスク入れに入れてから校庭に出ましょう。移動中、廊下では話をしません。遊ぶときには友達と両手間隔を空けましょう。
- ★固定遊具やボールは使用してかまいません。
- ★昇降口に戻るときも密集しないよう順番に入りましょう。
- ★休み時間の始まりと終わりには手を洗いましょう。

☑ 給食



ハンカチの貸し借りはせず、自分のハンカチを持ってきましょう！

《準備》

全 員：手を洗い、準備中はマスクをつけたままでいます。机にランチョンマットをしきましょう。

給食当番：白衣を着て、手を消毒しましょう。



いただきます

ごちそうさまでした



- ★配膳～片付けまで、密になったりおしゃべりをしたりするのは避けましょう。
- ★飛沫感染を防ぐため、おしゃべりは避け、前を向いた状態で食べます。
- ★食事中は、マスクを各自のマスク入れに入れましょう。
- ★おかわりは先生が配ります。

☑ 掃 除

☆教室内の消毒は「一方向」に拭きましょう☆

- ★床等のそうじは先生たちが行います。
- ★各自の机は自分で拭きます。担任の先生の指示に従って、学校で用意した界面活性剤の入った洗剤をつけたぞうきんを使いましょう。
- ★掃除が終わったら、石けんで手を洗いましょう。

☑ 下 校

さようなら！

また、明日も元気で会いましょう☆
帰宅後も手洗い・うがいを忘れずに！

★消毒について

以下の箇所は、教職員が1日1回以上消毒作業を行います。

《共有部分》 トイレ、廊下・階段の手すりやドアの側面、スイッチ



一人ひとりができることをやっていきましょう！



1 正しい手洗い

①手洗い **正しい手の洗い方**

手洗いの前に
 ・爪は短く切っておきましょう
 ・時計や指輪は外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんを洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

いつ手洗いする？

- 外出から戻ったとき（登校したとき、帰宅したとき）
- 給食の前後
- トイレの後
- 教室移動の前後
- 体育の前後
- 掃除の後

接触感染を防ぐには、こまめな手洗いが大切です！

2 咳エチケット

②咳エチケット **3つの咳エチケット**

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう

何もせずに咳やくしゃみをする × 咳やくしゃみを手でおさえる ×

マスクを着用する（口・鼻を覆う） ○ マスクがない時 ○ とっさの時 ○

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う ○ 袖で口・鼻を覆う ○

正しいマスクの着用

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

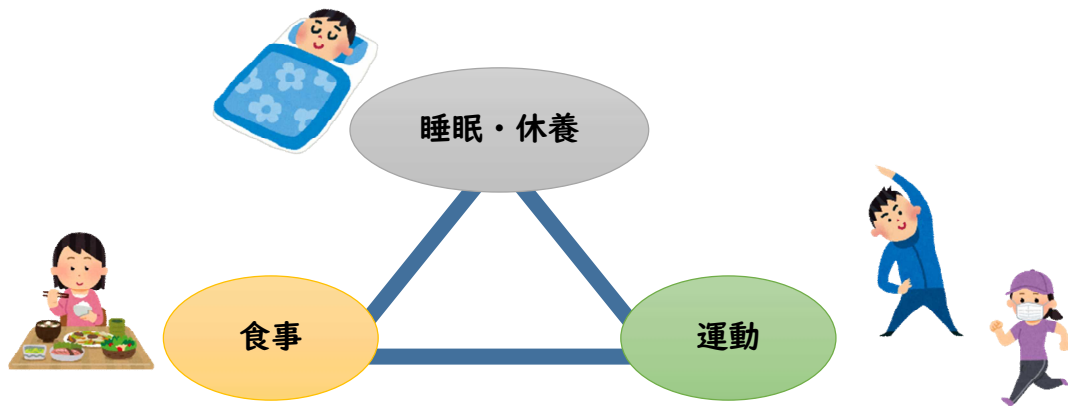
首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省 検索



3 規則正しい生活リズム



★免疫力を高めるためには、「食事」、「運動」、「十分な睡眠・休養」が欠かせません！！
自分の生活習慣を見直して、改善点がある人は少しずつ改善していきましょう。
今、規則正しい生活を送れている人は引き続き行っていきましょう。

保護者の皆様へお願い

1 健康観察

朝晩の体温測定と体調チェック、「けんこうのきろく」への記入をお願いします。熱がある、体調がすぐれない等、いつもと違う様子がある場合、ご家族に症状がみられた場合も、大事をとってご家庭でゆっくり休養させていただきようお願いいたします。

登校後に体調不良がみられた場合、早退のためのお迎えをお願いします。ご理解とご協力をお願いいたします。

2 マスクの着用

登校する際にはマスクの着用をお願いします。給食袋に予備のマスクもご準備ください。

3 その他

感染症対策が続く中、様々な制限もあり、子どもたちにも知らないうちにストレスがたまっています。中には、体調不良や気持ちの変化を抱えているお子さんもいるかもしれません。ご家庭でもお子さんとよく話ししていただき、気になることがあればご遠慮なく、学校へご連絡ください。

保護者の皆様にとっても、不安な状況かとは思いますが、教職員一同、今、学校でできる最善の感染症対策を考え、実行してまいります。また、制限のある中でも子どもたちができるだけだけのびのび生活ができるよう配慮していきたいと考えています。

手洗いやマスクの着用、規則正しい生活習慣等、ご家庭でもご協力いただきますよう、引き続きよろしくお願いいたします。

