

重要 新型コロナウイルス感染症対策について

岩村田高等学校

◎健康チェック

必ず朝の体温を測り、体調を確認してから登校してください。

※心配される症状がある場合は、無理して登校せず、担任に連絡し自宅で休養（療養）してください。その場合、出席停止の取扱いとします。

※心配される症状

発熱（ 37.5°C 以上） からだがだるい、からだがおもい のどの痛み 咳（せき）がでる 痰（たん）がからむ、痰（たん）がでる 鼻水（はなみず）がでる
鼻づまりがある 息苦しさがある（いつもとちがう苦しさ）

◎健康管理

まずは、自己防衛です。

【感染経路を断つ】ために、手洗いや咳エチケット（マスクの着用）を心がけてください。【抵抗力を高める】ために、十分な睡眠、適度な運動やバランスの取れた食事に気をつけてください。

また、【集団感染のリスクを下げる】ために、①換気の悪い密閉空間で、②多くの人が密集し、③近距離で会話や発声が行われる場所は、徹底的に避けるようにしてください。

学校生活においては、①②③の3つの条件が重ならないよう、十分配慮をしますので安心してください。

