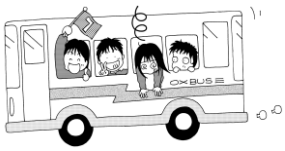


保健だより

― 「校外学習」も with コロナで ―

令和２年　臨時号
奈良県立桜井高等学校 保健室

今年は、新型コロナウイルス感染症の影響で、色んな学校行事が中止や延期になりましたが、今回の校外学習は、みなさんが楽しみにしている行事だと思います。楽しい校外学習にするためには、一人ひとりが自覚して、感染症対策を行い、下記の注意事項を守ることが大切です。

《基本的な感染症対策》
- **●手洗い（ウイルスを持ち込まない、持ち出さない）**
- **●マスク （自分を守る、相手を守る）**
- **●3密を避ける　（密閉・密集・密接）**

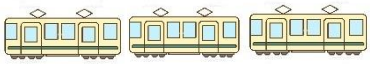
当日の朝（家庭での健康観察）

- 当日の朝はいつも通り、自宅で体温測定と体調の確認を行い、「健康観察カード」に記入しなさい。
  ただし、「健康観察カード」は持参せず、集合場所で担任の先生に、口頭で健康状態（体温・体調）を伝えなさい。
- 出発前に発熱、風邪症状等がある場合は参加できません。自宅で休養しましょう。
  （体調不良時は、集合時間までに、学校または担任の先生に連絡を入れなさい。）

移動にバスを利用する場合（3年）

- 乗車時には、アルコールで手指消毒をする。
- 換気を可能な限り行う。
- 車内では、マスクを付け、大声での会話や歌等は控える。（会話は最小限に）

移動に公共交通機関等を利用する場合（1、2年）



- マスクをつけて乗車し、車内においては、友だちと密着した状態で話したりするような状況を避け、会話を慎む。
- つり革や手すり、座席等からの感染リスクを避けるため、目的場所に到着したら、手洗いや除菌シートで手を拭く。

昼食時は

- 食事の前には手を洗う。手洗いがない場合は、除菌シートなどで、しっかり手を拭く。
- 向かい合わずに食べ、食べる時もソーシャルディスタンスを守り、会話を控えましょう。

観光中は 【マスクの着用】【咳エチケット】「接触」「密集」「近距離での活動」を避ける

- 歩く時もマスク着用、記念写真も一瞬だけマスク着脱。
- 滞在先において、「接触」「密集」「近距離での活動」を避ける等、可能な限り感染対策を行ってください。

各自が必要な持ち物

- **除菌シート**、清潔なハンカチ、ティッシュ、マスク、予備のマスク、ビニール袋、 他

私たち一人ひとりが感染症対策を行い、行動が制限されている中でも、友人と「3 密」を避け、楽しい時間を過ごしましょう。