

保健だより

令和4年 修学旅行・校外学習号
奈良県立桜井高等学校 保健室

「修学旅行・校外学習」も with コロナで



新型コロナウイルス感染症が流行している中で、今回の修学旅行や校外学習は、1人ひとりの自覚が大切です。楽しい行事にするためには、感染症対策を行い with コロナで下記の注意事項を守って行動してください。

《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)
- 飲食時の意識(マスクを外す時)

3つの【密】、絶対に避けて

換気の悪い
密閉空間



むんむん

大勢がいる
密集場所



ぎゅうぎゅう

間近で会話する
密接場面



がやがや

当日の朝(家庭での健康観察)



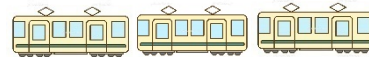
- ・ 当日の朝はいつも通り、自宅で体温測定と体調の確認を行い、「健康観察カード」に記入しなさい。
3年はしおりに記入し、1、2年生は、集合場所で担任の先生に、口頭で健康状態(体温・体調)を伝えなさい。
- ・ 出発前に発熱、風邪症状等がある場合は参加できません。自宅で休養しましょう。
(体調不良時は、集合時間までに、学校または担任の先生に連絡を入れなさい。)

移動にバスを利用する場合

- ・ 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)



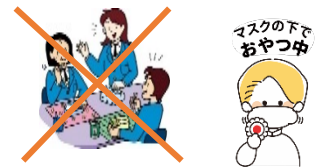
移動に公共交通機関等を利用する場合



- ・ 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。

飲食する場合

- ・ 食事の前には手を洗う。手洗いが無い場合は、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。
- ・ 同じおやつをシェアしたり、輪になって飲食しないようにしましょう。



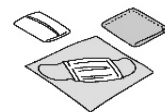
観光中は【マスクの着用】【咳エチケット】「接触」「密集」「近距離での活動」を避ける

- ・ 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。