

新型コロナウイルス感染症に関する臨時休業中の注意事項

令和2年4月8日
香川県藤井中学校
香川県藤井高等学校

4月13日（月）から5月6日（水）までの臨時休業期間中は、4月1日にホームページで公開した「新型コロナウイルス感染症に関する休業中の注意事項」に加えて、以下の点にも留意して過ごしてください。

1. 臨時休業期間中の生活について

(1) 自分が感染源にならないように

- ①自分はいつでも感染しうるし、他人に感染させうると思って行動してください。
- ②咳、発熱、倦怠感、味覚・嗅覚異常などの症状が1つでもある場合には自宅から出ないようにしてください。
- ③ウイルスのついた手が目や口、鼻に触れるとその粘膜からウイルスが侵入することがあるので、洗っていない手を目や口、鼻に無意識にもっていかないよう気をつけてください。
- ④3つの密（密閉、密集、密接）を避けてください。特に、カラオケやゲームセンターなどのアミューズメント施設に行かないでください。旅行も控えてください。
- ⑤学校に立ち入ることはご遠慮ください。

(2) 時間を有意義に使う

- ①ずっと自宅にいて退屈だと思ったり、友人に会えずに寂しいと思ったりすると、精神的に落ち込んでしまいますので、自分なりのストレス解消法を見つけましょう。友人や先生に、ストレスをどんなふうに解消しているのか訊いてみるのもいいかもしれません。
- ②自宅待機中は、苦手科目を克服したり、ゆっくりと読書をしたりするなど、普段はなかなかできないことに取り組める好機と考えて、学習を計画的に進めてください。

2. 感染が疑われる場合や感染した場合について

(1) 行動を記憶、記録する

- ①感染した場合や感染者の濃厚接触者となった場合には、過去の行動履歴を保健所などから聞かれます。症状が出た時点から過去2週間、どこに行ったか、誰と会ったか、どんなことをしたのか、などの行動を記憶、記録しておいてください。

新型コロナウイルス感染症を封じ込めることができるかどうかは、国民一人ひとりの意識と行動にかかっています。安心して学校に行ける日が一日でも早く訪れるよう、みんなと一緒に頑張りましょう！