

令和2年4月17日

生徒・保護者の皆様へ

岡山県立笠岡工業高等学校
校長 横田 寿弘

臨時休校中の過ごし方

新型コロナウイルス感染症予防・健康管理について

平素より、本校の教育活動に御理解と御協力をいただきまして心より感謝申し上げます。

新型コロナウイルスの感染拡大が懸念される状況の中、本校においても臨時休校となりますが、生徒・保護者の皆様の命と健康を守るためには休校期間中の御家庭での過ごし方がポイントとなります。

つきましては、次のとおり御家庭において、新型コロナウイルス感染症予防・健康管理等に努めていただきたいと思います。御理解と御協力をお願い申し上げます。

記

1.健康観察

- ・毎朝、検温・健康観察を行い、『臨時休校期間中 体調管理チェック表 (別紙; 体育の課題)』に記入してください。
- ・体調管理チェック表は登校日に持参してください。
- ・登校日には、検温・健康観察をしてから登校してください。発熱や風邪症状が見られる場合は学校に連絡し、登校は控えてください。

※風邪症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている、強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある場合は『帰国者・接触者相談センター(所轄の保健所)』に御相談いただき、学校にも連絡をしてください。

※生徒及びご家族が当感染症と診断された場合は、早急に学校へ連絡をしてください。

2.感染症予防対策

- ・不要不急の外出を控えてください。万が一外出する場合においても、集団感染リスクである3つの条件(換気の悪い密閉空間、人の密集、近距離での会話)が重なる場を避けてください。御家庭での見守り、御指導をお願いします。
- ・石鹸やハンドソープなどを用いたこまめな手洗いや、咳エチケットを行ってください。
- ・免疫力を高めるため、十分な睡眠・適度な運動・バランスの良い食事を心がけてください。

3.自宅での過ごし方

- ・生徒自身が1日のスケジュールを立てて規則正しい生活をし、生活リズムが崩れ昼夜逆転することのないように御指導ください。過度のスマホの利用やゲーム等に注意し、家庭学習などについて時間やルールを決めて生活してください。
- ・家の中でストレッチをしたり、人との接触を避けてウォーキングをしたりするなど、1時間程度は身体を動かすようにして、気分転換することを勧めます。特に、運動部に所属している生徒は、部活動再開後の怪我を防ぐためにも積極的に行うとよいでしょう。なお、運動することは臨時休校期間中の体育の課題にもなっています。

4.マスクについて

- ・登校日にはマスクの着用をお願いします。
- ・入手困難な状況であるかと存じます。休校中に、布マスクの作成もよろしくをお願いします。(布マスクの作り方は4月6日の笠工ブログに載せています。)