



すこやか



東京都の緊急事態宣言が先日解除されました。6月から分散登校が始まります。これは、皆さんやご家族の方々が一人一人頑張って過ごしてきた結果です。しかし、今も新型コロナウイルス感染症にかかる人は毎日出ています。引き続き、一人一人が手洗いや咳エチケット、ソーシャルディスタンスなどを守って、再流行しないように気を付けていきましょう。学校での生活も、皆さんの健康を守るために以前とちがうことがたくさんありますが、協力をしてくださいね。

～～登校再開に向けてのおしらせとお願い～～

◎学校生活における感染症対策について◎

本校では、文科省から提示されている“学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～「学校の新しい生活様式」～”や渋谷区から提示されている“渋谷区立園学校版感染症予防ガイドライン”に準じて感染症対策を行って参ります。詳細はホームページに掲載されている“千駄谷小学校の感染予防策”をご確認ください。ご不明な点やご質問がございましたら、いつでも学校にご連絡ください。

◎登校について◎

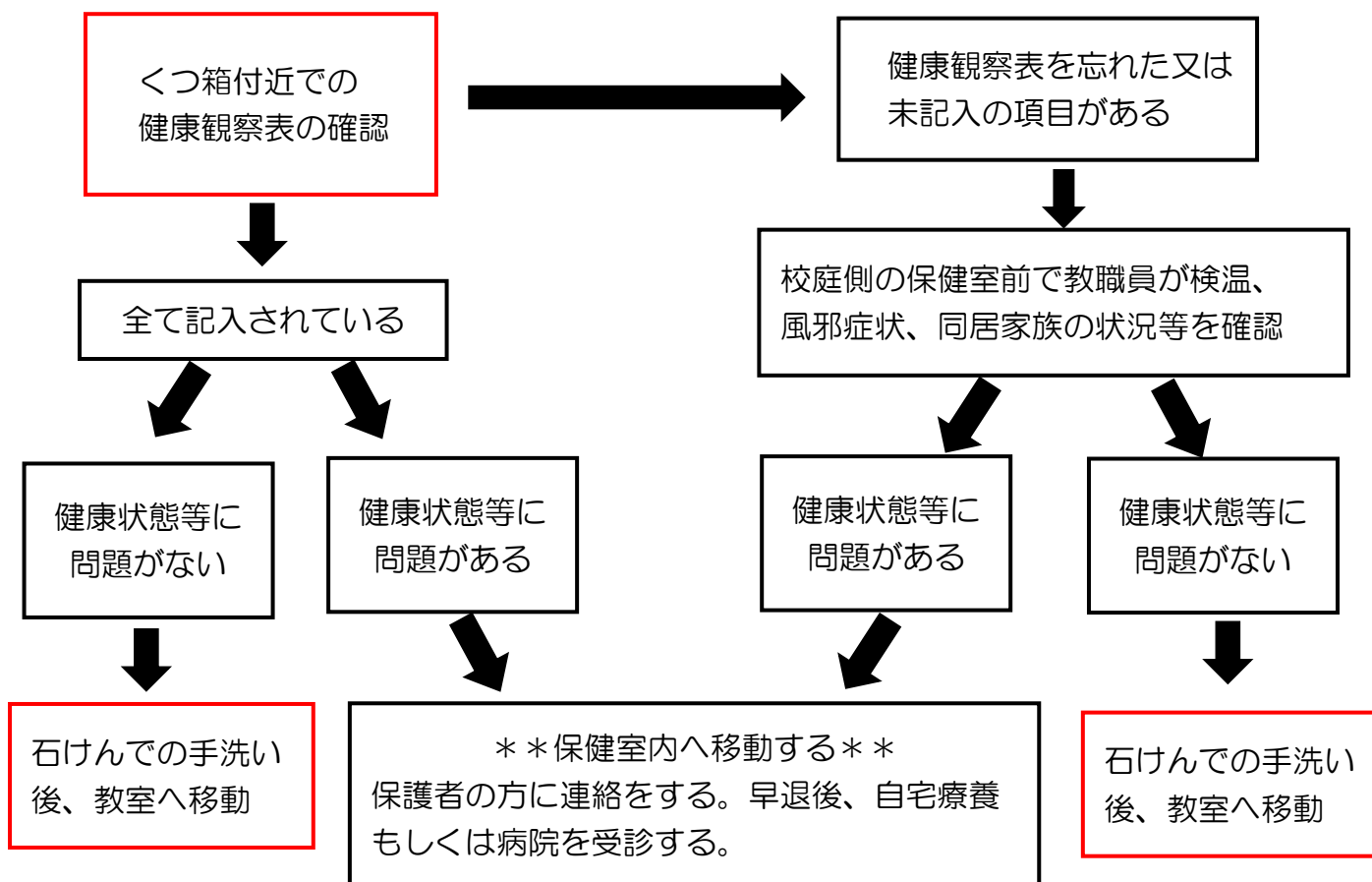
- 引き続き、毎朝健康観察を行い、健康観察表にご記入をお願いいたします。登校日には玄関で健康観察表の確認をさせていただきますので、必ずお子さまに持たせてください。
- 6月2日（火）から新しい用紙となります。登校日には、これまでの用紙を一度回収させていただき、新しいカードを配布いたします。登校日までは、以前のカードの余白に記入していただくか、ホームページから印刷をしていただきご記入ください。引き続き、登校を自粛される方は必ずホームページからの印刷をお願いいたします。学校でお渡しすることも可能です。
- 必ずご自宅からマスクを着けて登校させてください。
- 朝の健康観察の際に、お子さまの体温が平熱よりも0.5度以上高い場合や、健康観察表にある症状が一つでもある場合、同居されている方に新型コロナウイルス感染症が疑われる症状がみられる場合は、お子さまの登校は控えていただきますようご協力をお願いいたします。（出席停止となります）

◎準備していただきたい物◎

- 学年だよりでもお伝えしておりますが、登校時には以下の物を必ずランドセルのポケットに入れて持たせてください。
 - チャック付きのビニール袋に5枚程度のマスク
 - ごみを入れるビニール袋
 - チャック付きのビニール袋にハンカチ2枚程度
 - 水筒（水飲み場での飲水は可能ですが、冷水機の使用は当面禁止します。）

★再利用可能なマスクやハンカチ、ビニール袋、水筒など持ち物には必ず名前を書いてください。

◎登校時の流れについて◎



◎保健室について◎

- 感染対策のため、保健室内を内科と外科の2つに仕切り対応をします。放送室側を外科、放課後クラブ側を内科とします。(状況によって変更する場合があります。)
- お子さまが平熱よりも1度以上もしくは、37.5度以上の発熱がみられた場合や、発熱はなくても体調不良を強く訴えている場合は、保護者の方にお迎えの連絡をさせていただきます。感染拡大の観点より、学校から連絡があった際はご協力いただきますようお願いいたします。
- 発熱や体調不良等でお迎えにいらっしゃる際は、放課後クラブ側のドア前にいらしてください。お子様を廊下で引き渡しますので、保護者の方は保健室内には入らず、廊下でお待ちください。

◎保健行事等について◎

- 渋谷区教育委員会、渋谷区医師会等の指示により、今年度の健康診断は、感染拡大を防ぐため全て9月以降に実施する予定です。予定が決まり次第、ご連絡いたします。また、健康診断の実施が9月以降になるため、今年度の水泳学習は中止の予定です。
- 保健調査票等、新年度開始時に提出していただく予定の書類を、登校日に順次お子さまにお渡しします。ご記入方法や提出期限については、別途通知いたしますのでご協力よろしくをお願いいたします。

裏面もご覧ください

がっこうせいかつさいかい ところ ～～学校生活再開にむけて心 がけてほしいこと～

みんなが健康に学校生活を送るために、一人一人が心 がけてほしいことがあります。以前よりも窮屈な生活になるかもしれませんが、みんなで力を合わせていきましょう。

◎規則正しい生活を送りましょう◎

私たちの体には、ウィルスから体を守ろうとする働きがあります。規則正しい生活を送ることで、ウィルスから体を守る免疫力が高まり、感染症の予防になります。

学校再開後も、休養や睡眠、運動、バランスのよい食事を毎日心がけていきましょう。



毎日10時間は寝られるといいですね。まずは早起きすることから始めましょう！



当分みんなで鬼ごっこやボール遊びはできないので、縄跳びやジョギングがお勧めです。熱中症には気を付けてくださいね。



三食バランスの良い食事を心がけましょう。朝ごはんはとても大切です。必ず食べてくださいね。

◎手洗いをていねいにしましょう◎

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

◎咳エチケットを心がけましょう◎

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う



厚労省 検索



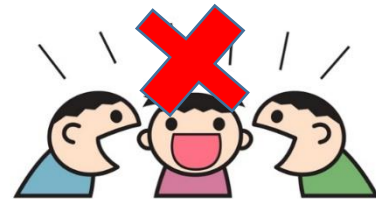
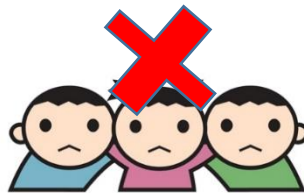
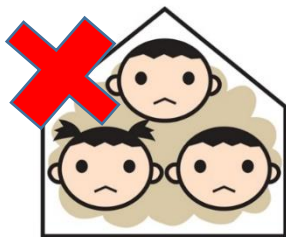
◎「3つの密」を避けましょう◎

「3つの密」とは？

○換気の悪い密閉空間 (空気の入れ替えのできない場所、窓のない場所)

○多数が集まる密集場所 (たくさんの人が集まる場所)

○間近での会話や発生をする密接場面 (人と人との間が近い場面)



★学校の工夫★ みんなルールを守ってくださいね！

- 一人一人の距離が十分に取れるように教室の席の工夫します。
- トイレや手洗い場も間隔を空けて並び、使用します。
- 教室や廊下の窓やドアは常に開けて、換気します。
- 給食を食べるとき以外は、マスクを着けましょう。