



春休み号

R4. 3. 16 愛媛県立宇和島南中等教育学校

3年生の皆さん、前期課程修了おめでとうございます。他学年の皆さんも、春休みが近づき、少し羽を伸ばしたい気持ちだと思いますが、新型コロナウイルス感染症オミクロン株は、年度替わりの時期を迎え、家族や友人との集まりや県内外の人の往来の増加による感染リスクの高まりが懸念されています。気を緩めることなく、感染回避行動を徹底して、新学期を元気に迎えましょう。



## ～これだけはやってほしい4つの感染対策～

### ①毎朝の健康チェック

・毎朝、検温などで健康状態を確認し、少しでも体調が悪ければ（発熱・咳・のどの痛み・体のだるさなど）、外出や登校（部活動など）を控え、家庭で休養してください。必要に応じて、事前にかかりつけ医などの医療機関に連絡の上、受診をお願いします。

※春休み中も、健康観察記録表を配付しますので、毎朝の健康状態を確認してください。

受診医療機関が分からない場合

新型コロナ受診相談 [TEL089-909-3483](tel:089-909-3483) に連絡 してください。

### ②マスク（不織布マスクが推奨されています）の適切な着用

・マスク着用の目的は、飛まつを飛ばさないことです。5分間の会話で1回分の咳と同じくらいの飛まつ（約3000個）が飛ぶと言われています。



校内・校外でも、人との接触時は必ずマスクを着用し、家族に体調不良者がいる時は、家庭でもマスクを着用しましょう。

「マスクを外した場面では会話を控える」ことをしっかり守ってください。

### ③定期的な換気

・2方向から空気の通り道を確認しましょう。部室、更衣室、家庭でも 30分に1回は空気の入替えをしましょう。



### ④こまめな手洗い・アルコールによる手指消毒

・ウイルスがついた手で知らず知らずのうちに顔を触ると、目・鼻・口などの粘膜から感染します。特にウイルスが付きやすい指先を念入りに洗ってください。

帰宅時や学校に到着した時、食事前、部活動の前後、トイレの後、不特定多数の人が触った場所や物などに触れた場合など、生活の中のポイントで、こまめに液体せっけんを使って手を洗いましょう。手が洗えない場合、アルコールによる手指消毒も有効です。



**新学期を全員そろって元気にスタートできるよう、**

**春休み中も、一人一人が、慎重な行動をお願いします！**