

# 登校するにあたって「やるべきこと・考えてほしいこと」

皆さん、体調は大丈夫ですか？

何か不安に感じたりするようなことはありませんか？

**皆さんの命を守り**、安心して学校生活を送ることができるように、感染予防に必要なことをしっかりと考え、言動にうつしていきましょう。

久しぶりに仲間と会えた！もっとたくさん過ごしたい！近くで話したい！と思いますよね。でも、こんな時だからこそ、自分たちでできることをきちんとし、**自分の命を、そして大事な人の命を守りませんか？**

## 3つの【密】、絶対に避けて

換気の悪い  
**密閉空間**



むんむん

換気が大事！

大勢がいる  
**密集場所**



ぎゅうぎゅう

距離をとる！

間近で会話する  
**密接場面**



がやがや

マスクをする！（5分間の会話は1回の咳と同じ！）

他に・・・

- ・不要不急の外出はひかえる
- ・規則正しい生活をする
- ・しっかりと睡眠をとり、栄養をとる

### ・朝の体温を測ろう

（熱があるときや体調が悪いときは、無理せず家で休みましょう！）

### ・マスクをつけよう

（せきやくしゃみをしていなくても、マスクをしないで会話するとリスクが高くなってしまいます！  
咳エチケットも忘れずに！）

### ・教室に入る前には手指を消毒、普段から手洗いをしっかりしよう

（基本は自分のもの以外は触らないようにしましょう）

### ・座席の間隔を十分にあげる

（前後左右に人がいないように！密集にならないようにしましょう！両手を広げて当たらない距離を！）

### ・大声の会話はやめよう

（大声で話すと、飛沫（ひまつ）感染のリスクが高くなってしまいます！小さい声でも真正面で話すとリスクが上がってしまうので、両手を広げて当たらない距離の意識を！）

### ・休み時間の鬼ごっこやボール遊びなどは、人とぶつかったり触れたりすることがあるので、静かに自分の席にしよう！

### ・トイレでも密集にならないようにしましょう

（トイレの中では待たない。トイレの外で間隔をあけて待とう！）

### ・行き帰りは十分な距離をとろう

もうひとつ、ぜひ皆さんには考えてほしいことがあります。

それは、特定の国や地域に対する偏見、感染者や濃厚接触者とその家族、また治療にあたる医療従事者とその家族にまで偏見や差別につながるような行為などがあげられています。これらは断じて許されるものではありません。

また、普段の生活の中で、マスクをつけすぎて肌が敏感になってしまっているため、少しはずしたところを見かけることもあるかもしれません。体調があまりすぐれず、せきこむこともあるかもしれません。また、皆さんの中で感染が確認される仲間が出てくるかもしれません。

そのようなときでも、

決して傷つけるようなことは言わず、またSNS等で不用意な発言の発信をしないなど、絶対に偏見や差別、誤解が生じたりすることのないよう心がけてください。

ツイッターやLINE、インスタグラムなどで・・・

「A、今日学校休んでたけど、コロナやでな！」

「まじか？そしたらあの家も周りもやばいんちゃう？」

微熱だったけど、みんなに迷惑をかけたらいけないと思って休んだ間に、..

こんなことを言われたら、どう感じますか？・・・嫌な思いしませんか？

「自分をかけがえのない存在として大切に思うのと同時に、

他の人たちのことも大切に思う気持ちをもつ」

新型コロナウイルスは、誰でも感染する可能性があり、感染した本人が悪いわけではありません。ここにいる皆さんが安心して安全な学校生活を送ることができるよう、お互いの人権を大切に、相手を思っている言動ができることを願っています。また、正しい情報をキャッチし、正しい情報に基づいて、冷静な判断からの行動をとるようにしましょう。中学生の皆さんならできると思っています。

上記のことを守って、みんなが安心できる学校生活をつくっていきましょう。

**one for all  
all for one**