

【中・高校生版】

## 新型コロナウイルス感染予防のために

新型コロナウイルス感染防止のため、埼玉県立の中学校・高等学校では再開を延期します。臨時休業中においては、皆さんや周囲の人たちの健康を守るため、徹底した感染の予防に取り組んでください。

保護者の皆様におかれましては、御家庭での感染予防に取り組んでいただきますようお願いいたします。

### ○ 生徒の皆さんへ

新型コロナウイルスは、感染者の咳やくしゃみなどからうつるものであり、自分自身を守るとともに、周囲の人に迷惑をかけないようにしなければなりません。一人ひとりの自覚と行動が何より大切です。是非、皆さんの協力をお願いします。

### ～私たち一人ひとりにできること～

#### 自宅での留意事項

- 早寝・早起き・食事など、規則正しい生活を心がけましょう。
- 毎朝の検温及び風邪症状を確認し、発熱や体調が思わしくないと感じたときは外出しないようにしましょう。
- こまめに石鹸で手を洗いましょう。
- 人前に出るときは、可能な限りマスクを着用しましょう。
- 咳やくしゃみをする際の「咳エチケット」を守りましょう。
- インターネット等を利用する場合には、偏見や差別につながるような行為（誤った情報発信、感染者を特定しようとする、悪口や冷やかかし等）を絶対にしないようにしましょう。
- 自宅では時間を定め、窓を2か所以上開けて喚起をこまめにしましょう。



### 外出する際の留意事項

- 不要不急の外出はしないようにしましょう。
- 大勢で友達の家遊びに行ったり、友達を家に呼んだりしないようにしましょう。
- やむを得ず外出する際は、できる限り徒歩や自転車を利用しましょう。
- 公共交通機関を利用する際は、マスクを着用して咳エチケットに気を付けるとともに、利用後（乗車後）は必ず手洗いをしましょう。
- 人が集まりやすい場所や換気の悪い場所には、立ち寄らないようにしましょう。
- やむを得ず複数で活動をする場合には、「3つの密※」の状況にならないよう心掛けましょう。
- 運動用具の貸し借りや、不特定多数が触れる遊具・道具等は使用しないようにしましょう。万一使用した際は、活動後に必ず石鹸で手を洗いましょう。
- 話をする際は、大声にならないようにし、仲間との距離を保ちましょう。

**【3つの密とは】**

- 換気の悪い密閉空間
- 多数が集まる密集場所
- 間近で会話や発声をする密接場面

### ○ 保護者の皆様へ

- 不要不急の外出はさせないようお願いします。
- 毎朝の検温及び風邪症状を確認し、発熱や体調が思わしくないと感じたときは、外出させないようお願いします。
- やむを得ず外出する際には、「3つの密※」とならないよう、指導をお願いします。
- 外出からの帰宅後には、手洗いを徹底させるようお願いします。
- インターネット等を利用させる場合には、偏見や差別につながるような行為（差別や偏見、SNS等における誤った情報発信、悪口や冷やかかし等）を絶対にさせないようお願いします。

