

1. 「甲府城西高校 新しい生活様式」～感染症予防、熱中症予防等健康・安全対策～の徹底、教科指導における「甲府城西高校 新しい生活様式追加」の徹底

※以下の点についての再確認「甲府城西高校 新しい生活様式」

- (1) 基本的な対応
- (2) 集団感染リスクへの対応
- (3) 具体的な活動場面ごとの予防対策
- (4) 学校生活全般にわたっての対策

- ① マスク着用、こまめに換気（授業終了後窓を開放）
- ② 適切な距離（1 m以上）の確保（濃厚接触者の定義）
- ③ 会話は、15分以内
- ④ 手洗いは30秒以上かけて（または消毒）
- ⑤ 自己防衛力の維持（毎朝の検温、健康チェック（チェック表利用）、早寝早起き朝ご飯）、夜更かし厳禁、睡眠確保
- ⑥ 校舎に入る前に手指消毒
- ⑦ 登下校時の買い物（早く済ませる）、他人との会話（15分以内）に注意を
- ⑧ 地域の感染状況を常に把握する
- ⑨ 家に帰ったら、まずうがい（イソジンなどを使うと良い）、手洗い、着替え
- ⑩ 熱中症対策としてこまめに給水（授業では、最低授業の中間で1回）
- ⑪ 飛沫感染の予防のため、加湿をする。（教室に加湿器設置）
- ⑫ 掃除の時間にドアノブ、机等の消毒
- ⑬ 体調不良を感じたら、学校に連絡し相談する。

学校：055-223-3101 夜間等緊急：080-8421-6872

- (5) 感染が広がった場合の対応
- (6) 教職員の新しい生活スタイル

2. 冬場の感染予防対策

・新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ、ノロウイルスに対する同時予防

① ひとりひとりができる感染対策の徹底

⇒寒くなると、換気や冷たい水での手洗いは、面倒くさくなってしまいますが、新型コロナウイルス以外の感染症を予防するためにも、ひとりひとりができる感染対策を徹底しましょう。



マスクの着用



こまめに手洗い



定期的な換気



適度な距離



無理せず安静

② 加湿と換気が大切

湿度 40~60%が効果的（加湿しすぎも、乾燥しすぎも避けましょう）

空気が乾燥すると水分が蒸発したり、軽い飛沫が霧状に広がります。

加湿器などで、空気中を漂うウイルスを減らしましょう。

同時に、机などに落ちる飛沫が増えるため、拭き掃除や手指消毒をしっかりと行いましょう。

空気中に漂うウイルスを薄めるため定期的に換気しましょう。



③ 発熱症状のある時は、

外出を控え、感染対策をとりながら、自宅で安静に過ごしましょう。

同居の家族の体調も確認し、不要不急の外出を避けましょう。

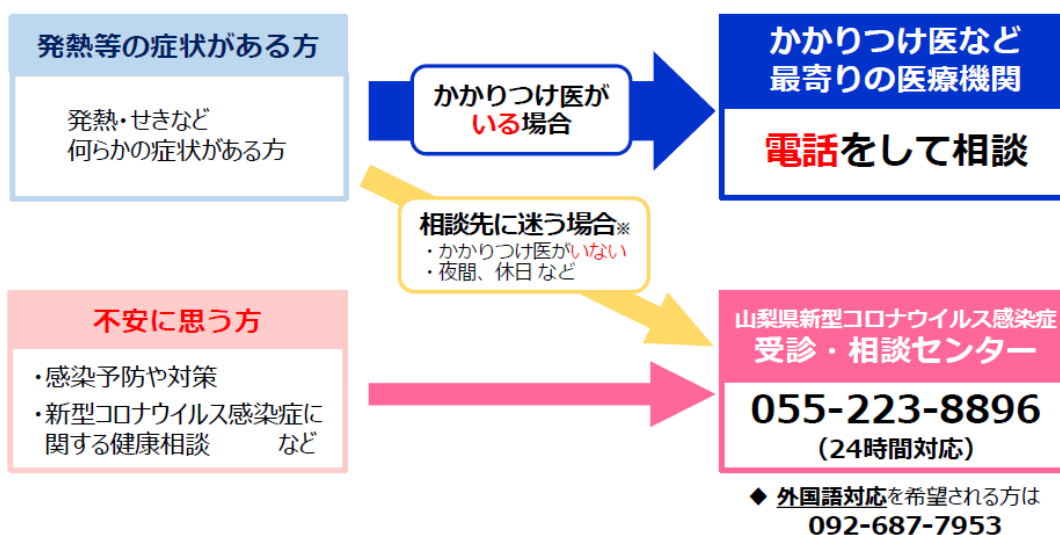
次のいずれかに該当するときは、

● 学校に相談し、 学校：055-223-3101 夜間等緊急：080-8421-6872

次を参考に、医療機関を受診しましょう。

- ・ 息苦しさや強いだるさ、高熱（37.0～37.5℃以上）がある症状
- ・ 基礎疾患を持っていて、軽い症状がある。
- ・ 軽い症状が4日以上続いている。

○ 発熱・せきなどの症状がある場合、保健所ではなく、**まずは、かかりつけ医などの最寄りの医療機関に電話**でご相談ください。



※ 甲府市にお住まいの方で相談先に迷う場合は、**甲府市受診・相談センター**（055-237-8952（24時間対応））へご相談ください。

④ 感染リスクの高まる5つの場面に注意を（できるだけ避ける）

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で注意力が低下する。また、聴覚が鈍感し、大きな声になりやすい。
- 特に数居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用は感染のリスクを高める。

**先生方は特に注意を
(生徒はありえません)**



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、例えば深夜のはしご酒では、昼間の通常の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- また大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話することで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケや野外のバーベキューでの事例が確認されている。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用施設での事例が確認されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での事例が確認されている。車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。

