

# 新型コロナウイルスに関する注意事項

中高生用

## ○3つの条件が重なる場所を避けること

①換気が悪い密閉空間 ②多数が集まる密集場所 ③間近で会話や発声をする密接場面 の3つの条件が揃う場所ではクラスター（集団）発生リスクが高まります。教室などでは、窓を開けてこまめに換気をする、一か所に集まらない、近寄って話をしないなど、注意をしてください。

## ○こまめに手を洗いマスクを着用すること

多くの人が手を触れる場所など、ウイルスはあらゆるところに存在している可能性があります。外から教室に入るときや食事の前など、石鹸を用いて、こまめに手を洗ってください。手洗いの後に手を拭くタオルやハンカチは必ず自分のものを用い、友人と共同で使用するのしないようにしてください。

3つの条件が重ならない場所で、周囲に人がいないなど、マスクを着用しない場合もあります。学校では、教員の指示に従い、マスクを着用してください。また、休憩時間などに友人と話す際には、必ずマスクを着用してください。

## ○身体の抵抗力を高めること

免疫力を高めるため、十分な睡眠、適度な運動やバランスの取れた食事を心がけること。

## ○塾や学校外のスポーツ活動の参加にも注意すること

塾やスポーツ活動をしているときに発熱や咳など風邪の症状があるときは参加を控えるなど十分注意すること。

## ○感染した人などへの不当な差別、偏見等をしないこと

感染した人とその家族、治療をしている医療関係者などに対し、差別することは、絶対にしないでください。新型コロナウイルス感染症は、誰もが感染する可能性がある病気です。つらい時こそみんなで励まし合いましょう。

### ☆いじめ等の相談窓口

24 時間電話相談 0776-51-0511 または 0120-0-78310（全国共通）

県総合教育研究所 教育相談センター 0776-58-2180 平日 8:30～17:15

県嶺南教育事務所 教育相談室 0770-56-1310 平日 8:30～17:15