

# 命を守る！ 学校生活を続ける！

～新しい学校生活様式「ざやすスタイル」～

豊見城市立座安小学校

人には大切な命があります。学校にも守らなければならない大切な「命」があります。それは子ども達の「命」と先生方の「命」です。

新型コロナウイルスが起こす病気は、人の命を奪ってしまう恐ろしいものです。目に見えず、もしあなたが感染しても、しばらくは元気で気づかず、近くにいる人にうつしてしまうこともある、やっかいな病気です。

学校では、こんな2つの危険があります。

- ①学校の先生から、他の先生や子ども達にコロナウイルスがうつってしまう。
- ②登校した子どもから、先生や他の子ども達にウイルスがうつってしまう。

座安小学校で、1人でも①②のようなことが起こると大変なことになります。これをクラスターといい、だれからだれにうつったのかわからないので、登校した人やその家族まで、2週間以上家やホテル、病院などに閉じ込められて出られなくなります。多くの人が死んでしまうことが起こるかもしれません。

だから、感染しない（うつらない）努力と、感染させない（うつさない）努力の両方が必要です。

- 自分がかかっているかもしれない。だからうつさないようにしよう。
- 近くのだれかが、かかっているかもしれない。だから友だちや先生など人と人とは2mくらい離れよう。

という努力です。元気なときにもする努力なのです。また、

- 朝、家で37℃以上の熱があったり、頭痛や咳など風邪症状があるときには、学校に登校しないようにしよう。

という努力も必要です。

このことを「正しく恐れる行動」と言います。気をつければ気をつけるほど、努力すればするほど、うつらない病気なのです。

では、どのようにして、うつらない、うつさない努力をしていくのか、くわしく書いていきますので、座安っ子の全員ができるようになって下さい。うつらない、うつさない努力が、座安小学校の学校生活が続いていく、方法なのです。

## <「ざやすスタイル」～学校・家での基本スタイル～>

### 【ウイルスがどうやって人にうつるのかを知ろう！ それはこの2つ！】

#### ひまつかんせん ○飛沫感染



…コロナウイルスにかかった人の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出されます。他の人がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。くしゃみや咳は2mくらい飛ぶと言われてています。

#### せつよくかんせん ○接触感染



…コロナウイルスの菌がついているものを触ると、手にウイルスがつきます。その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。ウイルスは何についているのか、見えないのでわかりません。

だから



### 【3つの密を避け、基本はこの3つを守ること！！】

- ①人と人との距離を開けること。できるだけ2mは！ 最低でも1m以上。
- ②マスクを着けること。ハンカチを持っておくこと。必ず咳エチケットを！
- ③まめに手洗いをする。手の消毒もするとベスト！  
歯みがきやうがいは、しばらく学校ではやりません。

### 【感染しないために身につけなければならないこと！！】

- ①目、鼻、口を素手でさわったり、こすったりしないこと！  
かゆいときなどは、ティッシュやハンカチを使ったり、顔を洗おう。
- ②冷水機から直接水を飲みません。（冷水機の水を水筒へは入れられます）
- ③鉛筆など勉強道具の貸し借りはしません。忘れ物がないようにします。

### 感染予防のために、できること

 <b>sleep well</b> よく寝る	 <b>wash your hands frequently</b> ひんばんに手を洗う	 <b>cover your nose and mouth</b> 咳のしぶきを飛ばさない	 <b>use your sleeve</b> 袖でかくす
 <b>eat well</b> よく食べる	 <b>exercise</b> 運動をする	 <b>use your non-dominant hand</b> 利き手で「あちこち」さわらない	 <b>disposable tissues</b> ティッシュでかくす
 <b>don't touch your face</b> 目鼻口をさわらない	 <b>stay home when you're sick</b> かぜ気味なら休む	<h3 style="text-align: center;">3つの咳エチケット</h3> マスクを着用する（口・鼻を覆う） マスクがない時 ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う とっさの時 手で袖で口・鼻を覆う	

### <保護者へのお願い>

- 保護者は、毎日、登校前に子どもの体調を観察し「健康観察カード」へ記入する。
- 発熱やかぜ症状（咳、鼻水、だるい、頭痛、腹痛等）がある場合は学校を休ませる。  
（※ 現時点では、出席停止扱い。必ず学校へ症状を連絡すること）
- 高熱、発熱が続く、強いだるさ、息苦しさ、味覚（味がしない、味が濃い）や嗅覚の異常があるときは、かかりつけ医師や相談窓口に連絡をして指示を受けてください。新型コロナウイルス感染症または濃厚接触者であるとわかった際は、学校にも連絡すること。

# <「ざやすスタイル」～新しい学校生活様式～> 高学年

## 1 学校へ登校する前と登下校の仕方

- 朝ご飯をしっかりと食べよう。
- 検温をしてシートに記入する。平熱で健康であることを確かめる。
- 食後は手洗いや歯磨きを行い、マスク、ハンカチ、水筒を忘れずに登校しよう。
- マスクをし、友だちともできるだけ距離をあけて登校しよう。



## 2 登校したら

- 健康観察シートを提出しよう。(検温忘れは玄関で)
- 窓を開け、換気をよくしよう。石けんで手も良く洗う。
- 気分が悪かったりしたら先生に言おう。(いつでも)
- 他の人の持ち物など、いろんな所をあまりさわらない。(いつでも)
- 「基本の3つ」、「身につけなければならないこと」を暗唱しよう。



## 3 授業中は

- 教室の換気に気を配ろう。(扇風機も活用しよう)
- できるだけ距離をとって、静かに授業に集中しよう。
- 話合いの時は、フェイスシールドなども使って。



## 4 休み時間は

- 友だちと話すときは、マスクをつけ、できるだけ離れて。
- 遊びに行くなら運動場へ行こう！(自分の学年が使用する時間を守って、遊んで良い種目で遊んでね！)
- 運動場で運動するときはマスクはポケットに。
- 図書館や教室など、室内に入る前に手洗いと消毒をしよう。手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う。



## 5 給食時間は

- こまめに手を洗って、消毒をしてから準備をしよう。食べよう。
- 片付けは自分でを行い、並ぶときは十分な距離をとろう。
- マスクを取っているから、おしゃべりはせず、静かに食べよう。
- グループにならず、前向きで食べよう。
- たくさん食べよう！！健康な体をつくろう。(おかわりは先生が入れます！)



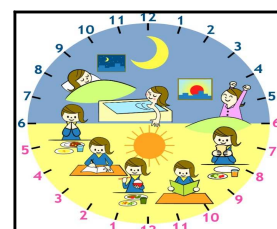
## 6 清掃時間は (1日の消毒タイム)

- 消毒班は、担任の先生の指示に従って、教室内の消毒をていねいに行おう。  
※3年生以下は担任で。ドアノブや手すり、スイッチはていねいに！
- 距離をとってモクモク清掃で頑張ろう！
- 清掃後の手洗いや用具の消毒は念入りに。



## 7 下校と家での過ごし方

- 寄り道せず、家に帰ったらまず手や顔を洗おう。
- 家族で決めたルールで、感染予防をがんばろう！
- できるだけ家で過ごし、出かけるときは家族と一緒に。
- こまめに手洗い、消毒、うがいをしよう。
- お勉強(宿題や読書など)は計画的に、早めにすませよう。
- 夕食をいっぱい食べて、早寝・早起き・朝ご飯で、座安小へ、元気に登校しよう！



# <「ざやすスタイル」～新しい学校生活様式～> 低学年

## 1 学校へ登校する前と登下校の仕方

- 朝ごはんをしっかりたべよう。
- 体おんをはかってシートに記入する。げんきであることをたしかめる。
- 手あらいやはみがきをして、マスク、ハンカチ、水とうをわすれずに学校にいこう
- マスクをし、友だちともできるだけ、はなれてあるこう。



## 2 登校したら

- けんこうかんさつシートを出しましょう。
- まどをあけて、空気をいれよう。石けんで手もあらう。
- きぶんがわるかったら先生にいう。(いつでも)
- ほかの人のもちものなど、あまりさわらない。(いつでも)
- 「きほんの3つ」、「みにつけなければならないこと」を声に出して言う。



## 3 授業中は

- きょうしつに空気をいれる。(せんぷうきもまわそう)
- できるだけはなれて、しずかにおべんきょうしよう。
- はなしあいのときは、フェイスシールドなどもつかう。



## 4 休み時間は

- ともだちとおはなしするときは、できるだけはなれて。
- あそびに行くならうんどう場へ行こう！（つかう日を守って、あそんでよいものであそんでね！）
- うんどう場ではマスクはポケットに。
- おへやにはいるときは、手あらいとしょうどくをしよう。手あらいは30秒くらいかけて水と石けんであらうこと。



## 5 給食時間は

- こまめに手をあらって、しょうどくをしてからじゅんびする。
- かたづけはじぶんでする。ならぶときはすこしはなれてね。
- マスクをとっているから、おしゃべりはせず、しずかに食べる。
- グループにならず、まえむきで食べよう。
- たくさん食べよう！！けんこうな体をつくろう。(おかわりは先生が入れます！)



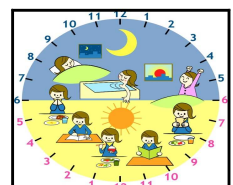
## 6 清掃時間は (1日の消毒タイム)

- 人と人とのあいだははなれて、モクモクせいそうでがんばろう！
- そうじのあとの手あらいやどうぐのしょうどくをしっかりとやること。



## 7 下校と家での過ごし方

- より道せず、家に帰ったらまず手やかおをあらおう。
- かぞくできめたルールで、感染よぼうをがんばろう！
- できるだけ家ですごし、出かけるときはかぞくといっしょ。
- こまめに手あらい、しょうどく、うがいをしよう。
- おべんきょう(しゅくだいや読書など)、はやめにすます。
- 夕ごはんをいっぱい食べて、はやね・はやおき・朝ごはんで、ざやす小へ、元気にとうこうしよう！



# ＜「ざやすスタイル」～新しい学校生活様式～＞をつくろう！

【ワークシート】

年 組（                      ）

1～8の時、どんなことに気をつける？ どんな行動をした方が良いかな？ 3～6年生の皆さんの意見を「ざやすスタイル」のルールにしていきたいので、考えてほしいです。

## 1 学校へ登校する前に

## 2 登校したら

## 3 授業中は

## 4 休み時間は

## 5 給食時間は

## 6 清掃時間は（1日の消毒タイム）

## 7 下校後は

## 8 家での過ごし方

\*ありがとうございます。先生に提出しましょう。参考にしてざやすスタイルをつくりまます。