

「新しい生活」に向けた ガイドライン

～新型コロナウイルス感染症拡大防止のために～



シズデ 静岡デザイン専門学校
2020年12月27日現在、新型コロナウイルス感染症の予防対策として、本校では、
2020年12月27日現在、新型コロナウイルス感染症の予防対策として、本校では、

(令和 5 年 1 月 改訂)

赤穂市立有年小学校

家庭での健康管理

1 体温測定と健康観察（児童および職員）

（１）毎朝の体温測定

《登校させない・出勤しない場合》

①発熱（平熱より $+0.7^{\circ}\text{C}$ 以上を目安）、風邪症状（咳、鼻水、倦怠感）等がある場合

②家族（同居人）に発熱や風邪症状がある場合（ただし、医師の診察により新型コロナウイルス感染症でないことが確認されている場合は除く）。

③同居家族が濃厚接触者等となり、検査を受ける場合（結果がでるまで）。

上記内容により欠席（出席停止）等となる場合は必ず学校へ連絡する。

自宅待機の期間等は厚生労働省の指針（別紙３参照）に基づき判断する。

（２）「けんおんのきろく」への記入：測定した体温を記入して学校に持ってくる。

登校前の児童の健康観察は、自宅ですできるだけ保護者と一緒に行う。「けんおんのきろく」への記入も保護者が行うことが望ましい。

（３）風邪症状、息苦しさ、味覚異常等がある場合は登校を控える。

2 マスクの着用

（１）登校・出勤時からマスクを着用する（不織布マスクが望ましい）。

（２）WBGT に応じてマスクを着脱する（６月～９月は、登下校時を含め、屋外では原則着けない）。

（３）予備のマスクをナイロン袋で覆い、ランドセル（職員は鞆など）に入れておく。

3 ハンカチやタオルを持参

（１）毎日清潔なハンカチやタオルをポケットなどに入れて持ってくる。

（２）予備のハンカチやタオルをランドセル（職員は鞆など）に入れておく。

4 水筒にお茶を入れて持参

（１）活動内容に応じて必要な量を持ってくる（冬季も乾燥対策のため持参する）。

（２）夏期（６月～９月）は児童にスポーツドリンクを持たせてもよい。

5 石けんと流水での手洗いおよび手指消毒の励行

学校での健康管理

1 健康観察表（児童および職員）

（１）登校後、すみやかに「けんおんのきろく」を担当へ提出する。

玄関または教室前での手指消毒を徹底する（教員による呼びかけの実施）。

職員は出勤時に「けんおんのきろく」をファイルに入れて提出する。

（２）体温測定をしていない児童と健康観察表を忘れた児童および「けんおんのき

ろく」が未記入の児童は、**校舎に入る前に**非接触式体温計による体温測定を行う。非接触式体温計にて発熱が疑われる場合は、接触式体温計を用いた体温測定を行う。

①発熱なしの場合：代替カードに記入し教室へ行く。

カードは担任を通じて養護教諭へ提出する。

②発熱ありの場合：ボランティア室で待機させ下校。（保護者の迎えを依頼）

(3) 担任は教室で児童の「けんおんのきろく」を回収し、内容を確認して教室後方の消毒台上に置く（養護教諭が健康観察の際に回収）。養護教諭が検印し、終わりの会までに児童に返却する。

(4) 職員の「けんおんのきろく」は校長が検印する（校長分は養護教諭が検印する）。

2 健康観察

(1) 朝の会の健康観察は担任が行う。「けんおんのきろく」および健康観察（学校・家庭の両方を確認）で風邪症状がある児童について確認を行う。

(2) 風邪症状が認められる児童は、マスクを外す必要のある活動（夏季の外遊び、持久走など）には原則参加させない。また、1日を通してこまめに健康観察を行うようにする。

(3) 欠席者を把握し、理由を確認する。家族の健康状況がわかれば把握する。

(4) 遅刻者・連絡がない児童については、担任が連絡を取り、教頭に伝える。

(5) 授業中・給食・休憩時間中なども健康観察を行う。

(6) 終わりの会で担任が健康観察を行う。症状がある児童については家庭連絡をするとともに養護教諭に知らせる。

3 手洗い・手指の消毒

(1) 流水と石けんでの手洗いを行う。

- ・外から教室に入るとき
- ・トイレの後
- ・給食の前
- ・掃除時間の後
- ・共用の物品を使用する前後

(2) 手洗い後は、必ず清潔なハンカチやタオルで手をふく。

(3) アルコールによる手指の消毒を行う。

- ・登校時（児童玄関前）
- ・給食配膳前、片付け後（給食室前）
- ・授業で共用の物品を使用する前後
- ・教室へ入る前

4 マスクの着用

- (1) 児童は登校時からマスクを着用する。夏期（6月～9月）は熱中症対策のため、登下校時にマスクを着用しない。その際、十分な距離を保つことを指導する。
- (2) 予備のマスクがない場合は、学校のマスクを貸し出す（教室の予備も活用）。頻繁に忘れる場合は家庭連絡を行う。
- (3) 授業中や休憩時間も、マスクを正しく着脱させる。ただし、夏季は身体的距離が確保できる場合や体育の授業、外遊びの時は、マスクを外してもよい。
- (4) 咳エチケットやソーシャルディスタンスについて指導する。
- (5) WBGT に応じてマスクを着脱する。夏期（6月～9月）の外遊びや体育の授業においては、**原則マスクを着用しない**。

5 換気と座席の工夫

- (1) 担任は出勤後、教室と廊下の窓と天窓を開ける。
- (2) 常時換気：対角4カ所の窓を最低20cm同時に開け行う。
- (3) 一斉換気：業間・昼休みはすべての窓を全開する。
- (4) エアコン使用中も教室の対角4カ所の窓は開けておく。
○冬季における換気の留意点
室温低下による健康被害防止：保温・防寒目的の衣服の着脱等
- (5) 児童は窓に触れない。児童下校後もしばらく窓を開けたままで換気をし、担任が閉める。
- (6) 各階のトイレや廊下の窓の開閉、換気は教員が行う。
- (7) 気候上窓を開けられない場合は、30分に1回以上、少なくとも休み時間ごとに全開にする。
- (8) 教室内では、座席を離して着席させる。
- (9) 必ず、机を前向きで、前後左右の間隔をあける。（座席間を1m以上離す）
- (10) 冬季（12月～3月）は暖房器具を使用することを考慮し、加湿器を使用する。

6 教室や校舎内の消毒

【アルコールでの消毒】（R4年度はスクールサポートスタッフが対応）

- (1) 放課後
ドアノブ、水道の蛇口、窓の鍵部分、電気のスイッチなどを消毒する。
消毒の手順については、別紙1参照。

7 配慮が必要と考えられる授業

- (1) 体育
 - ①体育館の使用は感染状況を踏まえて判断する。兵庫県内に緊急事態宣言が発

令されている場合は原則使用を中止する。雨天時など運動場が使用できない場合は、感染症対策を徹底したうえで授業中のみ使用する（消毒・換気の徹底、接触を避けることが困難な内容は実施しない）。

②マスクの着用について

体育の授業中は原則着用せずに活動する（熱中症等への対策のため）。風邪症状のある児童はマスクをしていても安全が確保できる活動（鉄棒、マット運動など）に限りマスクを着用して参加する。（夏季の WBGT が高い日はマスクを着用する必要のある児童は参加しない）

③内容について

- ・ゲームや集団的な運動は密集・密接を避けながら行う。（密集・密接の回避が困難な内容は実施しない）
- ・個人運動（なわとび等）は周囲と距離をあけ行う。
- ・マット・跳び箱・鉄棒等を使用する運動の実施は、校内の感染状況をふまえて検討する。（共用回避）

④共有するもの（鉄棒、バットなど）を使う場合は、授業前後に手洗い・アルコール消毒をする。また、物品についても適宜消毒する。

（2）音楽

***当面は授業スタイル(市小学校音楽研究部会)のステップに基づき実施する。**

- ①合唱は、マスクを着用したまま行う。
- ②感染拡大期においては、リコーダー・鍵盤ハーモニカは、屋外で行うか、運指の練習のみ行う。感染小康期においては室内での演奏も可能であるが、感染対策（換気・ソーシャルディスタンスなど）を徹底したうえで実施する。
- ③共有するもの（楽器など）を使う場合は、授業前後に手洗い・アルコール消毒をする。

（3）理科・家庭科・図工等 ***市内研究部会の検討事項に基づき実施する。**

- ①理科の実験、家庭科の裁縫、図工の作業等は、1テーブルあたり1人の使用とする。
- ②授業内容については、感染状況を踏まえて検討する。
調理実習：調理器具・食器が他の児童と混ざらないようにする。
持参した用具の貸し借りはしない。
理科の実験：1人1テーブルで実施する。

8 給食の対応

【給食準備】

- （1）咳や鼻水などの症状がある児童に給食当番をさせない。
- （2）全児童の手洗いを確認する。
- （3）マスクの着用を確認する。
- （4）手洗い後アルコールで手指消毒をし、配膳時以外は自席で静かに待たせる。

- (5) 給食台の水拭きとアルコールで消毒を行う。
- (6) 配膳室前で、給食当番児童はアルコールで手指消毒を行う。
- (7) 当番が各机に配膳する。指が食品に触れないよう指導する。
- (8) 汁物の注ぎ分けは担任が行う。
- (9) 増減を希望する児童には、担任がマスクをして調整する。
- (10) 「いただきます」のあいさつの後は、量の増減はさせない。食べられなければ、残してもよいことを指導しておく。
- (11) 給食エプロンを着用し衛生面に配慮する。

【給食中】

- (1) 外したマスクは、各自の給食袋に入れる。
- (2) 飛沫を飛ばさないよう、机を向かい合わせにせず無言で食べる。

【給食の片付け】

- (1) ストローやジャム、ゼリーなどのゴミは、必ず担任が袋をくくり、児童が触れないようにする。
- (2) 配膳室に返却後、アルコールで手指消毒をしてから遊びに行かせる。

9 清掃時間

- (1) 一人ずつの距離をとって清掃するように指導する。
- (2) 清掃後に手洗いとアルコールでの手指消毒を徹底する。
- (3) 使用済みのマスクやティッシュはナイロン袋に入れてきつくしばりゴミ箱に入れる。児童によるゴミの回収はせず、担任が非常階段下に捨てに行く。
- (4) 感染リスクが高いと考えられる分担場所ではビニール手袋を着用する。

10 保健室の体制

- ・発熱・体調不良：保健室前廊下で検温・問診後、ボランティア室で静養する。
- ・その他：保健室に入室し処置を受ける。

11 教室で児童が咳や鼻水、発熱など体調不良を訴えた場合の対応

- (1) 校内電話で保健室に連絡する。
- (2) 養護教諭が迎えに行く。他の児童には付き添わせない。
- (3) 保健室前で検温と問診を行う。
- (4) 症状がある場合は、ボランティア室で静養させて家庭連絡をする。
*早退させる目安…発熱（平熱+0.7℃以上）、咳、息苦しさ、倦怠感など、状態を見て家庭連絡をする。
- (5) 教室で経過観察をする場合は、咳エチケット・手洗いを指導する。
- (6) 早退する場合は、担任か、空き時間の職員が下校の用意をして、保健室に持ってくる。（他の児童にはさせない）
- (7) 保護者に、症状がなくなるまでは自宅で休養するよう伝える。

- (指導要録上は「欠席」にはならず、「出席停止」になる場合もある)
- (8) 以下のいずれかに該当する場合は、すぐに「帰国者・接触者相談センター」やかかりつけの小児医療機関などに電話で相談するよう保護者に伝える。
- ・息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱などの強い症状のいずれかがある場合
 - ・重症化しやすい方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
 - ・上記以外で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状が続く場合
- (9) 早退後は、ボランティア室の消毒を行う。
- (10) 養護教諭はフェイスシールド、防護服を必要に応じて着用する。

12 その他

- (1) 職員室、事務室、会議等で人が集まる場所・場面ではパーテーションを設置する。
- (2) 来校者は、事務室受付で検温後、来校者カードを記入する。

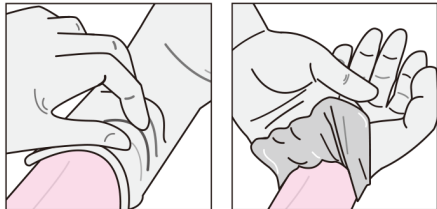
【自他共に大切にすると人権の観点から】

感染者、濃厚接触者などに対する偏見や差別について

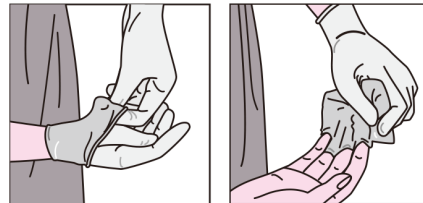
- (1) 新型コロナウイルス感染症は、感染経路が不明であるケースも多数見受けられることから、誰しも感染の可能性があるものであって、特定の国や地域、職業や人をさした偏見や差別につながるような言動は、断じて許されないという毅然とした態度で対応する。
- (2) 児童や保護者などから、初期症状についての相談や連絡があった場合、丁寧に対応し、個人情報の管理を徹底するとともに、罹患した場合であっても感染者が特定されることのないよう十分に配慮する。

消毒の手順

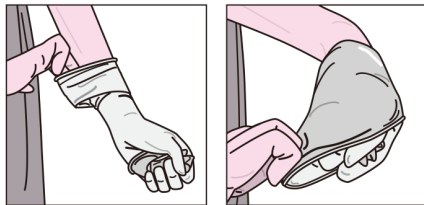
- ① ビニール手袋を着ける
- ② ぞうきんに消毒液をつけて湿らせる
- ③ ドアノブ、電気のスイッチ、窓の鍵の部分など、多くの人が触れる可能性がある部分を拭く
- ④ ぞうきんの面を変えて、児童の机を拭く(一定方向に拭くと効果的です)
- ⑤ ぞうきんの面を変えて、ろうかの窓の鍵部分・手すりなど、児童が触れやすい部分を消毒する
- ⑥ ぞうきんを洗う(手袋は着けたまま)
- ⑦ ビニール手袋をとる



①片手で手袋の外側をつまむ
外側をつまんだまま、裏返すように外していく



②内側が外になるように引っ張る
外しながら左手でくるくると丸め、脱いだ手袋を左手で持つ



③手袋の内側に指を入れ、残りの手袋も同様に外す
手袋の表面は素手で触らない。先に脱いだ手袋を包み込むようにして、内側が外になるように外す



④ ビニール手袋をゴミ箱へ捨てる

- ⑧ 石けんで手を洗う
- ⑨ アルコールで手指消毒をする

て あ ら ひ ょ う 手洗いチェック表



赤穂市立有年小学校

か な ら ひ ゃ ん
～必ずしよう！5つの場面～



① 教室に入る前



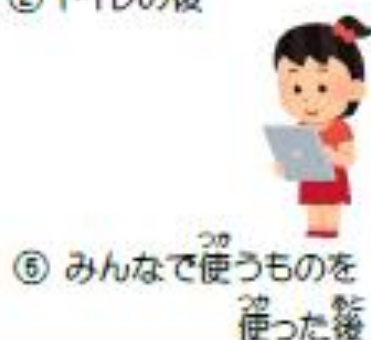
② トイレの後



③ そうじの後

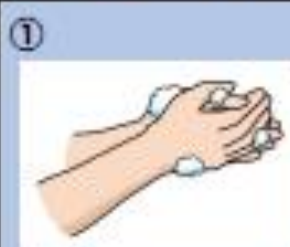


④ 給食の前



⑤ みんなで使うものを
使った後

た だ し い て あ ら け た
手の洗い方 ～校歌の1番をあたまの中で歌いながら洗いましょう～



①
手のひら



②
手のこう



③
親指



④
指の間



⑤
つめの間



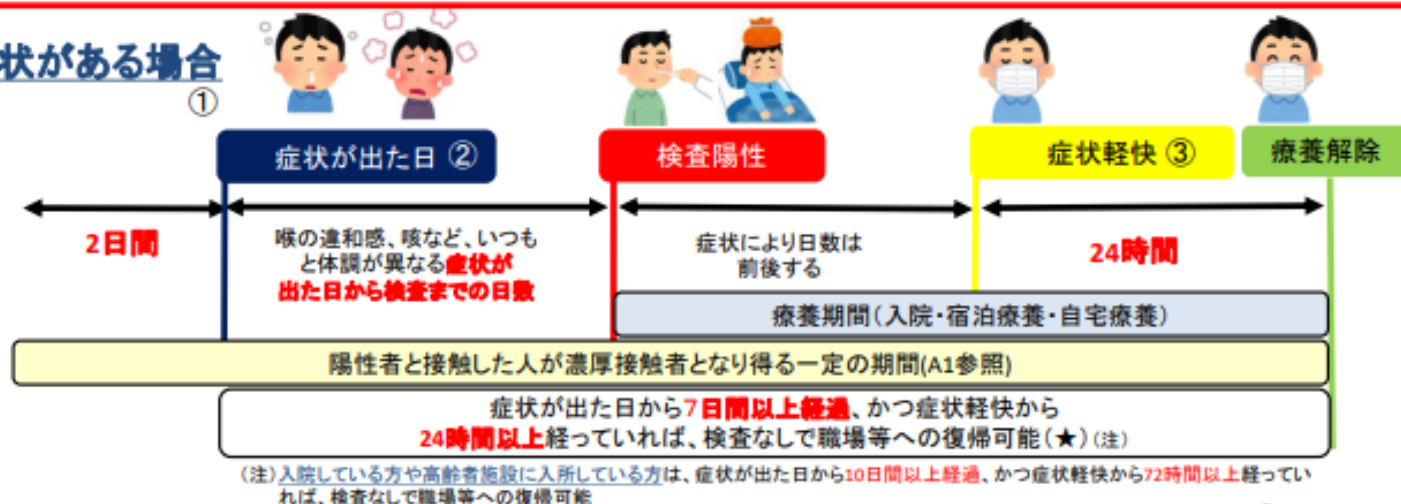
⑥
手首

新型コロナウイルス感染症 陽性だった場合の療養解除について

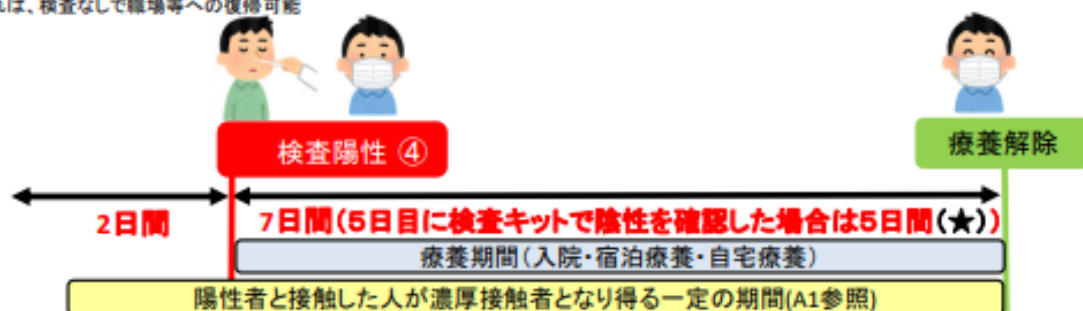
(★) 症状がある場合は10日間、症状がない場合は7日間が経過するまでは、**感染リスクがあります**。

検温など自身による健康状態の確認や、高齢者等ハイリスク者との接触、ハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避けること、マスクを着用すること等、**自主的な感染予防行動の徹底をお願いします**。

症状がある場合



症状がない場合



- ① 人工呼吸器等による治療を行わなかった場合。
- ② 症状が出始めた日とし、発症日が明らかでない場合には、陽性が確定した検体の採取日とする。
- ③ 解熱剤を使用せず解熱しており、呼吸器症状が改善傾向である場合。
- ④ 陽性が確定した検体の採取日とする。

Q&A よくある質問

【濃厚接触者について】

Q1. 濃厚接触者の定義を教えてください。

- A1.** 濃厚接触者とは、陽性者と一定の期間に接触があった人をいいます。
- 一定の期間とは、症状のある陽性者では「発症日の2日前から療養が終了するまでの期間」に、症状のない陽性者では「検体を採取した日の2日前から療養が終了するまでの期間」となります。
- この期間に、以下の条件のいずれかに当てはまる方が該当します。
- ☐ 陽性者と同居している人
 - ☐ 陽性者と長時間の接触があった人
(車内、航空機内等での同乗の場合(航空機内は陽性者の同行家族が原則)を含む。)
 - ☐ 適切な感染防護なしに陽性者を診察、看護又は介護していた人
 - ☐ 陽性者の気道分泌液や体液などの汚染物質に直接触れた可能性が高い人
 - ☐ マスクなしで陽性者と1m以内で15分以上接触があった場合
- ただし、これらはあくまで原則であり、感染状況や各地域の実情に応じて判断されます。

Q2. 濃厚接触者の接触者はどう対応すればよいのでしょうか。

- A2.** 濃厚接触者が陽性となった場合に、改めて濃厚接触者に該当するか判断されるので、それまでは特に行動等について制限されることはありません。ただし、濃厚接触者については、感染している可能性もあるため、接触した場合には、十分に感染対策をして過ごしていただくことが重要です。

Q&A よくある質問

【自宅療養に関すること】

Q3. 自宅療養中に体調悪化した場合等の問い合わせ先を教えてください。

A3. 各自治体で設置しているコールセンターや相談窓口にお問い合わせください。

Q4. 自宅療養時に用意しておいた方がよいものがあれば教えてください。

A4. 自宅療養中は外出することができません。ただし、症状軽快から24時間以上経過、または症状がない場合には、外出時や人と接する際は短時間とし、移動時は公共交通機関を使わないこと、外出時や人と接する際に必ずマスクを着用するなど自主的な感染予防行動を徹底することを前提に、食料品等の買い出しなど必要最小限の外出を行うことは差し支えありません。食料の配送を行っている自治体もありますが、療養開始後すぐに届かない可能性もあるため、災害対策と同様に事前に用意しておくとう安心です。

以下の食品を参考に5～7日間分準備しておきましょう。

- ・うどんやシリアル等の主食
- ・レトルト食品(米含む)やインスタント食品
- ・缶詰(果物等)
- ・菓子類
- ・経口補水液
- ・スポーツ飲料 等

ネットスーパーや宅配(置き配)などを利用する方法もあります。

また、体温計は平時より電池残量も含め、確認しておきましょう。

Q5. 市販の解熱剤(アセトアミノフェン、イブプロフェン、ロキソプロフェン等の成分を含む薬剤)は服用しても問題ないでしょうか。

A5. 問題ありません。用法・用量等をよく確認の上、ご使用ください。

なお、下記のような場合には主治医や薬剤師にご相談ください。

- ・他のお薬を内服している場合や、妊娠中、授乳中、ご高齢、胃・十二指腸潰瘍や腎機能低下など病氣療養中の場合(飲める薬が限られていることがあります。)
- ・薬などによりアレルギー症状やぜんそくを起こしたことがある場合
- ・激しい痛みや高熱など、症状が重い場合や、症状が長く続いている場合

Q6. 薬が足りなくなった時はどのように対応すれば良いですか。

A6. 自治体ごとに対応が異なります。オンライン診療で薬を配送している自治体もあります。受け取り方法は同居者がいる場合は同居者、いなければ置き配という方法もあります。



新型コロナウイルス感染症特設サイト
健康や医療相談の情報

<https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/kenkou-iryousoudan.html>

Q7. パルスオキシメーターの数値について、相談の目安及び注意事項を教えてください。

A7. 血中酸素飽和度(SpO₂)が93%以下の場合は、保健所やかかりつけ医など事前に指定された連絡先へすぐに連絡しましょう。

パルスオキシメーターを使用する場合、冷房で指先が冷えていることもあるため、指先を温め、深呼吸をすることで改善することもあります。また、マニキュアやジェルネイルは外して測定をしましょう。正しく測定ができない場合があります。パルスオキシメーターは、メーカーにより測定値に多少の誤差が生じる可能性があります。



詳しくは日本呼吸器学会のリーフレットをご参照ください。
<https://www.jrs.or.jp/citizen/faq/q30.html>

Q & A よくある質問

Q8. 療養解除後、使用したパルスオキシメーターはどうすればよいですか。

A8. 自治体等から配送されたパルスオキシメーターを使用された場合は返却が必要になります。必要な方へ確実に使用いただくために、自治体等ごとのルールに従って返却いただきますようご協力をお願いします。

Q9. 熱が高くつらい場合、自分は重症にあたりますか。

A9. 医学的に「重症」と呼ばれるのは、ICU(集中治療室)への入室が必要であったり、人工呼吸器が必要だったりする、いわば生命の危機に瀕している方を指します。熱が高く体調が優れない場合、呼吸状態に問題がなければ、「軽症」と分類されます。また、肺炎の所見がある方は「中等症Ⅰ」、酸素投与が必要な方は「中等症Ⅱ」として分類されており、これらの場合も「重症」には当たりませんが、状態の悪化により「重症」となることもありますので、注意が必要です。中等症以上の方でも自覚症状のない方が一定数いますが、その場合であっても、SpO₂の数値が顕著に下がっている際は適切な治療を受ける必要がありますので、医師等の指示に従ってください。

Q10. 咳がひどく、痰が絡んでつらい時の体勢を教えてください。

A10. 長時間仰向けで寝ていると、痰が溜まりやすくなります。肺を万遍なく膨らませたり、肺の血の巡りをよくしたりするためにも、時折うつぶせになるなど、楽な体勢で過ごしましょう。

Q11. 自宅療養時にMy HER-SYSで健康観察を行うよう言われたのですがどうしたらよいですか。

A11. My HER-SYSを活用する際は、ご自身のスマートフォンやパソコンから健康状態を入力できます。保健所よりショートメッセージでURLが送られてきますので、そのURLにアクセスしていただき新規登録を完了させ、利用を開始してください。なお、自治体により健康観察の方法は異なります。



HER-SYSについて

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00129.html

【療養解除・自宅待機について】

Q12. 療養解除について教えてください。

A12. 【症状がある場合】発症日＝症状が出現した日から、7日以上かつ症状軽快後24時間経過後（または症状軽快後24時間以上空けて2回PCR等の検査を行い、陰性だった場合）に療養解除となります（★）（入院や高齢者施設に入所している方は10日以上かつ軽快後72時間経過後に療養解除）。
 【症状がない場合】検体採取日から7日経過後に療養解除となります。また、5日目の検査キットによる検査で陰性を確認した場合には、5日間経過後に解除可能です（★）。
 【無症状者が途中症状が出た場合】当初無症状の人であっても、途中で症状が出現してしまったら、発症から10日間は感染性があるとされているため、発症日が起算日になります。
 ※療養解除基準は変更される可能性があります。

（★）症状がある場合は10日間、症状がない場合は7日間が経過するまでは、**感染リスクがあります**。検温など自身による健康状態の確認や、高齢者等ハイリスク者との接触、ハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避けること、マスクを着用すること等、**自主的な感染予防行動の徹底をお願いします**。

Q&A よくある質問

Q13. 陽性者の家族はいつまで自宅待機すればよいのでしょうか。

A13. 陽性者の同居家族は原則として濃厚接触者と判断されます。濃厚接触者は、発端となる同居の感染している方が発症する等してから5日間の待機が必要となります。ただし、2日目と3日目に抗原定性検査キットを用いた検査で2回続けて陰性が確認できた場合は3日目で待機解除とすることができます。上記のいずれの場合でも、自宅待機の期間が終了した後も7日間が経過するまでは、自身による健康状態の確認を行うことや会食を控える等の感染対策をお願いいたします。

Q14. 新型コロナウイルス感染症に感染した方のごみの捨て方について

A14. 新型コロナウイルス感染症に感染した方が使用したティッシュやマスクにはウイルスが付着しているため、ごみ箱にごみ袋を被せて入れるようにしてください。ごみがいっぱいになる前に出すようにし、ごみに触れないように注意しながらしっかり縛りましょう。（気になる場合は2重にしましょう。）ごみを出した後はしっかり手を洗いましょう。



新型コロナウイルス感染症に係る廃棄物対策について
https://www.env.go.jp/recycle/waste/sp_contr/infection/coronakoho.html

Q15. 新型コロナウイルスに感染したことのある人は、ワクチンを接種することはできますか。

A15. 初回（1回目・2回目）接種、追加（3回目）接種にかかわらず、新型コロナウイルスに感染した方もワクチンを接種することができます。
 ※感染後、体調が回復又は隔離解除後、接種を希望する際には、その治療内容や感染からの期間にかかわらず接種が可能です。



新型コロナウイルスワクチンに関するQ&A
<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>

