

令和2年5月12日

保護者・生徒の皆さんへ

島根県立出雲商業高等学校  
校長 日向伸之

## 分散登校期間中の生活について

○感染症対策のために、毎日の健康観察は大切です。毎日、朝晩体温を測り記録することで、体調の確認をするようお願いします。（裏面「健康観察シート」を活用してください。）体調に少しでも不安がある場合は登校せず、自宅で静養してください。

○以下の症状がある場合は、最寄りの保健所にある「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談し、指示に従ってください。その場合には、必ず学校への連絡もしてください。

- ・息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- ・比較的軽い風邪症状（発熱や咳等）が4日以上続く場合

※基礎疾患がある人は、発熱や咳など比較的軽い風邪症状がある場合に連絡

### 【帰国者・接触者相談センター】

松江保健所	0852-33-7673	出雲保健所	0853-24-7028
雲南保健所	0854-47-7778	県央保健所	0854-84-9812

○感染が判明した場合は、速やかに学校に連絡してください。

出雲商業高等学校 0853-21-0016（7:30～18:00）

○学校で体調が悪くなった場合は、別室（会議室）で問診等、対応をします。また、上記の症状に関わらず体調が悪くなった場合には、原則早退とし、保護者の迎えをお願いします。

○登校日でない日は、不要な外出を避け、基本的に自宅で過ごしてください。自宅においては、こまめな手洗い、咳エチケットなど基本的な感染症対策を徹底するようお願いします。また、免疫力を高めるため、「十分な睡眠」「バランスの取れた食事」「適度な運動」を心がけてください。

○やむを得ず外出する場合は、「換気の悪い密閉空間」「多数の集まる密集空間」「間近で会話や発声をする密接場面」のいわゆる3つの「密」を避け、マスク等咳エチケットに心がけ、できるだけ人混みを避け行動してください。また、帰宅後は、必ず手洗いをしてください。

○規則正しい生活を心がけ、学習に著しい遅れが生じないよう、家庭でも学習時間を確保し、学校から指示の出た課題に取り組んでください。

○5月20日（水）の午後、スクールカウンセラーの先生が来校されます。不安なことや困ったこと等、相談できますので、希望する人は保健室までお知らせください。

手洗いを丁寧に行うことで十分にウイルスを除去できます。  
さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。