

横浜市立深谷中学校 学校再開にあたり

保護者のみなさまへ

令和 2 年 6 月 1 日
横浜市立深谷中学校
校長 榎田 卓央

いつも本校の教育活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。

さて新型コロナウイルス感染拡大防止の観点で3月から臨時休業が続いていた学校教育活動が、横浜市教育委員会の指示により、本日6月1日から再開することとなりました。臨時休業期間中は、お子さまの健康管理や家庭学習等で、ご家庭には多くのご協力をいただいたことに感謝いたします。多感な時期を迎えているお子さまは、刻々と社会の状況が変わる中で、学習の遅れやウイルス感染への不安、友だちと会えないことへのつらさ等、いつもとは違う心の状態になっていると察しております。

政府による緊急事態宣言は5月25日に解除されましたが、宣言が解除されても新型コロナウイルス感染のリスクがなくなるわけではありません。しかしながら、成長を遂げるこの時期に友だちと学び合ったり、共に楽しく学校生活を送ったりする機会がなくなっている状況を長く続けるリスクも、学校としては考えなければなりません。

非常に難しい局面での学校再開になりますが、**深谷中学校としては、感染リスクを最小限に抑えながらお子さまの学びを保障するために、国や県、横浜市教育委員会のガイドライン、保健所や校医の助言を踏まえて、感染リスクを減らすあらゆる手立てを講じたうえで、お子さまが安心して学校生活を送ることが出来るように努めてまいりたい**と考えます。

保護者のみなさまにおかれましては、この趣旨をご理解いただくと共に、学校内での感染拡大防止の観点で、引き続きお子さまの健康管理にご協力をお願いいたします。またお子さまだけでなく保護者のみなさまも、これまでの期間中に疲労や体調不良、心配事を抱えていらっしゃるかも知れません。

この冊子では、保護者のみなさまのそうした不安も少しでも解消し、学校とご家庭の連携を一層強固にするため、本校で取り組む感染予防対策と当面の教育活動についてまとめてあります。次のページ以降をぜひご覧いただきまして、お子さまの学校生活が安全で安心できるものになるように、ご協力をお願いいたします。

健康観察及び健康管理についてのお願い

本日より、学校は段階的に再開となりますが、保護者の皆様におかれましては、引き続き、お子様の健康観察（検温）と健康管理（マスク着用等）につきまして、ご理解とご協力をお願いいたします。また、学校生活における感染拡大を防ぐための措置につきましても、ご理解いただきますようお願いいたします。

I お子さまの健康観察と健康管理

- ① 毎朝、体温計で熱を測り、次のような症状はないか確認してください。
 - 平熱以上の熱が出ている
 - 咳をしている
 - 倦怠感（全身のだるさ）を訴えている
 - 息苦しさがある
 - 頭痛がある
 - 下痢・嘔吐がある
 - 味覚や嗅覚に異常を訴えている
- ② 健康観察の結果は「健康観察票（個人控）」に記入し、登校の際に持たせてください。学校では生徒が「健康観察票（学校保管）」を記入し、担任に提出します。個人控はその際に参考とします。
- ③ 発熱や風邪症状などがあるときには、登校させずに自宅で休養させてください。
- ④ 医療機関を受診して、新型コロナウイルス感染症の疑い、または診断された場合、あるいは濃厚接触者となった場合は、すみやかに学校までご連絡ください。
※このことに関しては、横浜市ならびに横浜市教育委員会と緊密に連携し学校保健安全法の規定に則り対応をいたします。また、個人情報の取り扱いに関しても、慎重に対応いたします。
- ⑤ 集団感染予防のため、体調不良で授業が継続できない場合や、発熱等の風邪症状がある場合には、保護者の方に連絡の上、早退させます。緊急連絡先等の変更がございましたら、速やかにお知らせください。また、確実に連絡をとれる体制を作ってくださいようをお願いいたします。
- ⑥ 免疫力を高めるためにも早寝、早起き、バランスのよい食事を心がけ、規則正しい生活を送れるようにしてください。

II お子さまの持ち物

学校における衛生対策として、学用品以外に「毎日」
次のものをお子さまに持たせてください。

- ・マスク（登下校時も着用、予備も用意）
- ・タオル、ハンカチ、ティッシュ
- ・各自で使用するゴミ袋（自宅持ち帰り用）
- ・健康観察票

※マスクの素材や形状などは問いません。

《感染予防のため 次の点にご留意願います》

※布マスク、タオル、ハンカチ等は、使用後は洗濯をして、いつも清潔なものを持たせてください。
なお、マスク・タオル・ハンカチ・ティッシュは
友だちとの貸し借りを禁止とさせていただきます。

※校内のゴミ箱を撤去します。各自ゴミ袋を用意し、
自分のゴミは持ち帰ることにいたします。

III その他

熱中症予防の観点から、学校では適切な水分補給も
うながします。必要に応じて、水やお茶等の飲み物を
持たせてください。
なお、水筒やペットボトルの回し飲みも禁止の指導を
いたします。

なお、お子さまへの配布プリントと校内掲示ポスターを

次のページに掲載しますので、ご確認ください。

新型コロナウイルス感染症対策のために

学校生活上の注意

【健康管理】 毎朝、検温し、健康観察をしよう

【飛まつ感染防止】 マスクをしよう 換気をしよう
人と人との間に適切な距離をとろう

【接触感染防止】 正しい手洗いをしよう

1. 毎朝検温して健康観察をしましょう。発熱やカゼ症状など、体調がすぐれないときには登校せず、自宅で休みましょう。
2. 学校生活ではマスクを着用しましょう。マスクは正しくつけましょう。マスクの種類（色や材質など）は問いません。
3. 登校したら教室に入る前に手洗いをしましょう。トイレの後、食事の前、移動教室の前後、共用物の使用の前後などにも手を洗いましょう。手を拭くタオルやハンカチは共用せず、自分のものを使いましょう。
4. 常に換気をしましょう。天候などにもよりますが、最低限、次のようにします。
○授業中は、ベランダ側の窓と廊下側のドアを、対角に少しずつ（10 cm程度）開けておきます。
○休み時間にはベランダ側の窓と廊下側のドアを5分程度大きく開けます。
5. 他の人と1～2m程度の十分な距離をとりましょう。目安は手を伸ばして届かない程度の距離です。また、向かい合うときには真向かいに座らず、互い違いに座りましょう。十分な距離をとることが難しい時には、換気をしっかりと行い、必ずマスクを着用します。
6. 休み時間などは不必要な移動をせず、不特定多数の人との接触をできる限り避けましょう。
7. 自分のゴミは持ち帰りましょう。教室にはゴミ箱を置きません。
8. 感染症予防のための生活に必要な持ち物を準備し、毎日持ってきてきましょう。
マスク（予備も準備）・タオル、ハンカチ・ティッシュ、小さなゴミ袋（自分のゴミを入れる）
布マスクやタオル、ハンカチは洗濯済の清潔なものを持ってきてきましょう。
9. 用具の貸し借りは控えて、自分の道具を使用しましょう。
10. 休み時間には積極的に水分を補給しましょう。
11. 学校で具合が悪くなった時には、担任の先生か教科担任の先生に連絡してから保健室へ行きます。保健室では入り口で保健室の先生の指示を確認してください。

校内にはこのような
ポスターを掲示します

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をお願いします

「密閉」「密集」「密接」しない!

●「ゼロ密」を目指しましょう。屋外でも、密集・密接には、要注意!

他の人と
十分な距離を取る!

2メートル

窓やドアを開け
こまめに換気を!

屋外でも密集するような
運動は避けましょう!
少人数の散歩や
ジョギングなどは大丈夫

飲食店でも距離を取りましょう!
・多人数での会食は避ける
・隣と一つ飛ばしに座る
・互い違いに座る

会話をするときには
マスクをつけましょう!

5分間の会話は
1回の咳と同じ

電車やエレベーターでは
会話を慎みましょう!

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan 厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare 厚生労働省フリーダイヤル 0120-565653

厚労省 コロナ 検索

感染症対策へのご協力をお願いします

咳エチケット

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

■ほかの人にうつさないために
くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれません。次のような咳エチケットを心がけましょう。

- ・マスクを着用します。
- ・ティッシュなどで鼻と口を覆います。
- ・とっさの時は袖や上着の内側に覆います。
- ・周囲の人からなるべく離れます。

3つの咳エチケット 電車や職場、学校など人が集まるところでやろう

マスクを着用する (口・鼻を覆う) ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う 袖で口・鼻を覆う 何もせずに咳やくしゃみをする 咳やくしゃみを手でおさえる

正しいマスクの着用

1 鼻と口の両方を確実に覆う 2 ゴムひもを耳にかけ 3 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan 厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省 検索

感染症対策へのご協力をお願いします

手洗い

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが附着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

正しい手の洗い方

手洗いの前に 爪は短く切っておきましょう 時計や指輪は外しておきましょう

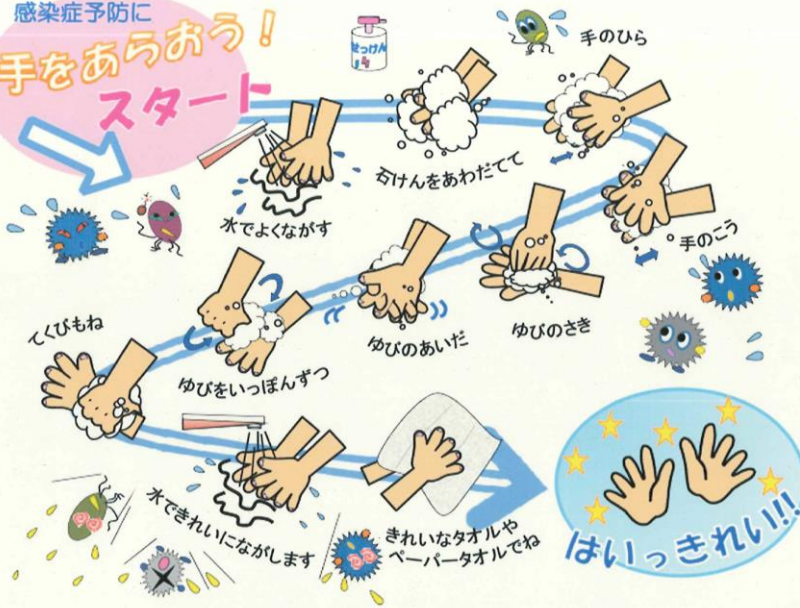
1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつき、手のひらをよくこすります。 2 手の甲をのぼすようにこすります。 3 指先・爪の間を念入りにこすります。 4 指の間を洗います。 5 親指と手のひらをねじり洗います。 6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan 厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省 検索

感染症予防に
手をあらおう！
スタート

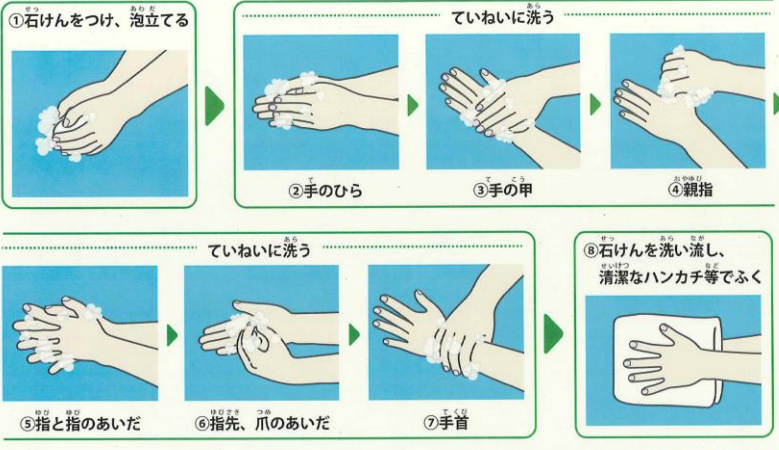


手洗いの正しい方法

- 1 両手のひらをよくこする
- 2 手の甲をよくこする
- 3 指先、爪の内側を十分に
- 4 指の間を十分に洗う
- 5 親指と手のひらをねじり洗う
- 6 手首も忘れずに洗う

最後に水で洗い流し、完全に乾かす。

石けんでしっかり手をあらいましょう。



深谷中学校 段階的な教育活動の開始について

深谷中学校では、感染予防に充分留意して、次の要項で段階的な教育活動を開始します（詳細は次のページ日課校時表をご参照ください）。なお、今後の感染状況によって見直す場合もあります。

第1期 6月1日（月）～2週間

- ・ 3密を避ける目的で、クラスを午前と午後の半分ずつに分けての登下校。授業分数は30分に短縮、休み時間は5分。昼食はなし。生徒アンケートをもとに、**教育相談**を行います。

☞ 家庭で過ごす半日は「家庭学習の時間」とし、各教科からの課題に取り組むことで、生徒には学校での授業と家庭学習の両立を促します。

第2期 6月15日（月）～2週間

- ・ 一斉登校短縮40分授業で、休み時間は10分。昼食（ハマ弁含む）あり。

第3期 6月29日（月）～

- ・ 通常授業開始

学校職員の感染予防の取り組みについて

学校職員は、横浜市教育委員会の指導のもと次のように感染予防に努めます。

- ① 自身の健康状態の把握と手洗い・うがいの励行。マスク常時着用。
- ② 生徒への生活指導（体調等の健康観察、感染予防指導・啓発、相談対応）
- ③ 校内の消毒（使用教室の机、いす、ドア、窓、教材等 生徒が触れる箇所）

☞ 文部科学省、横浜市教育委員会の指導をふまえ、全教職員で消毒を適切に行います。

6月1日 オリエンテーション

- ・ 9：00：奇数番号の生徒登校
- ・ 11：00：偶数番号の生徒登校

《内 容》

- ・ 健康観察
- ・ 課題等の回収
- ・ 心とからだのアンケート記入と回収（☞アンケート内容添付してあります。面談で使用します）
- ・ これからの授業の流れの説明
- ・ 学校生活での約束の確認（学習・生活・保健安全面）
- ・ 1年生は校内案内あり

★日 課 校 時 表★

第1期 6月1日(月)～2週間

分散登校(奇数・偶数)による少人数での半日程度の短時間授業(30分授業・5分休憩)

9教科授業・部活動なし・体育のある日はジャージ登校 放課后面談:5分程度 2～3名

	午前の部	午後の部
生徒登校	08:40	12:30
学 活	08:40～08:45	12:30～12:35
清 潔	08:45～08:50	12:35～12:40
1時間目	08:50～09:20	12:40～13:10
休み時間	09:20～09:25	13:10～13:15
2時間目	09:25～09:55	13:15～13:45
休み時間	09:55～10:00	13:45～13:50
3時間目	10:00～10:30	13:50～14:20
休み時間	10:30～10:35	14:20～14:25
4時間目	10:35～11:05	14:25～14:55
学 活	11:05～11:10	14:55～15:00
清 掃		15:00～15:10
下 校	11:10	15:10

第2期 6月15日(月)～2週間

一斉登校 短時間授業(40分授業・10分休憩) 昼食あり

9教科授業+学活、道徳、総合・部活動なし

	08:40	08:40
生徒登校	08:40	08:40
学 活	08:40～08:50	08:40～08:50
清 潔	08:50～08:55	08:50～08:55
1時間目	08:55～09:35	08:55～09:35
休み時間	09:35～09:45	09:35～09:45
2時間目	09:45～10:25	09:45～10:25
休み時間	10:25～10:35	10:25～10:35
3時間目	10:35～11:15	10:35～11:15
休み時間	11:15～11:25	11:15～11:25
4時間目	11:25～12:05	11:25～12:05
昼 食	12:10～12:25	12:10～12:25
昼 休 み	12:25～12:40	12:25～12:40
5校時目	12:45～13:25	12:45～13:25
休み時間		13:25～13:35
6校時目		13:35～14:15
学 活	13:30～13:35	14:20～14:25
清 掃	13:35～13:50	14:25～14:40
下 校	14:00	14:50

第3期 6月29日(月)～ 制限つき放課後の活動

一斉登校 通常授業(50分授業・10分休憩) 昼食あり

再開後の授業内容について

臨時休業に入って以降の各教科の未履修分野については、これからの授業の中で取り扱っていきます。お子さまには授業の中で説明します。

また本年度の教科授業については、感染予防の観点により、国や横浜市教育委員会から様々な工夫が例示されており、例年とは異なる形での授業展開を予定しております。学校としましては感染予防を第一に考え、一方で、学習指導要領に沿う授業が可能な限り出来るように、最大限の努力をしていきます。保護者のみなさまには書面になりますが、後日発行の学校説明会文書にてお知らせいたします。

長期休業期間（夏季・冬季・学年末）及び土曜日授業について

臨時休業期間が長期にわたったことを受けて、横浜市立学校の長期休業期間が短縮される方向です。本年度は夏休みが8月3日～8月16日まで、冬休みが12月27日～1月5日まで、学年末休みが3月27日～となる予定です。正式に決まりましたら改めてお知らせします。

また授業時数確保のために土曜日を授業日とすることについても検討中です。授業日になる場合は、改めてお知らせいたします。

昼食について

学校再開の第2期6月15日（月）から昼食のご用意をお願いします。なお、ハマ弁の利用もご検討ください。ハマ弁については、別途プリントでお知らせします。

部活動について

部活動は、横浜市教育委員会の指示で朝練を含めて6月30日までは行いません。7月以降については改めて連絡いたします。

学校行事の見直しについて

横浜市教育委員会から、感染拡大防止および予防の観点から学校ごとに実施の可否や内容の見直しを指示されています。今後の学校行事については、決まり次第、お知らせします。

学校図書館について

約束事を設けて図書館を開館し、貸出等にも対応します。詳しくは学校でお子さまにお知らせします。

保護者のみなさまへ

横浜市教育委員会
横浜市立深谷中学校

この度の緊急事態宣言下、新型コロナウイルスの影響を受け、社会の状況が日々変わり、情報が溢れ、「1週間後にどうなるのかわからない」「予定が突然変更になる」という中、これまでの日常と違う対応を余儀なくされることも多い中で、子どもたちを支え続けてくださる皆様に、心より敬意を表します。

さて、小・中学校での新年度の生活がスタートしました。お子さんの様子はいかがでしょう？環境が変わり、緊張しながらも、学校生活に早く慣れようとがんばっているのではないのでしょうか。ご本人はもちろん、ご家族にも安心して過ごしていただくためにも、何か心配なことがありましたら、小さなことでもお気軽にご相談ください。

子どものストレス反応

全世界を巻き込んだ、目に見えない感染症の脅威によって、保護者の皆様はもちろんのこと、子どものころとからだにも、大きなストレスがかかっています。ストレスがかかると、子どものころとやからだは、それを何とかしようと反応します。

反応が出ることは、とても自然なことです。ここでは、「どんな反応が」「どんな風に出てくるのか」などを、簡単にご紹介したいと思います。

こころの変化

- ＜気持ち＞音や揺れなどにビクビクしやすい、不安でいっぱい、イライラする、ひとりになることを怖がる、何も感じない、やる気が出ない、ひとりぼっちな感じがする
- ＜考え方＞遊びや勉強に集中できない、ボーっとする、自分を責めてしまう、思い出したり覚えたりがうまくできない、ふとした時に災害の記憶がよみがえってくる
- ＜行動＞落ち着きがない、はしゃぐ、ちょっとしたことですぐに怒る、人に会うのが嫌になる、ベタベタと甘える、感染症ごっこやコロナウイルスごっこ

※ 思春期では、幼稚な反抗や規則や約束を守らないこともあります。

からだの変化

- ＜睡眠＞寝つけない、夜中に目が覚める、怖い夢をみる
- ＜食事＞食欲がない、食べすぎてしまう、おいしいと感じない
- ＜いろいろな訴え＞頭痛、腹痛、吐き気、めまい、体がだるい

- ストレス反応は、いつもと違うショックを受けた時の自然な反応です。
- 通常は、安全で安心できる生活を続けているうちに徐々に小さくなっていきます。

対応のポイント

○話す？話さない？

子どもが話そうとしている時は、しっかり聞いてあげましょう。何度も同じ話を繰り返すかもしれませんが、話すことで頭の中が整理されます。話したがない時には無理に聞き出そうとせず、「話したくなったらいつでも聞くからね。」と伝えてあげてください。

○強がりや反抗も、ストレス反応の1つです

まるで何事もなかったかのように普通にふるまったり、逆にはしゃぎすぎたりすることも反応の1つです。本当は不安でいっぱいです。一時的に、周りの人を怒らせたり、手こずらせたりするかもしれませんが、しばらくすると、少しずつ落ち着いてきます。

○体調が悪いみたい。大丈夫？

からだの症状を訴えている時は、手当をしてあげましょう。治療のために、病院に連れて行くことも大切です。苦痛を和らげるとともに、手当をしてもらうことで「守られている」という安心感を子どもに与えます。

○今のところ、元気だから…

反応の強さやあらわれ方・反応の時期は、人によって異なります。今現在、心配な様子がない場合でも、長期的に見守る必要があります。

学校と家庭で 情報交換を！

「学校では元気」「家ではひと言も話さない」など、学校と家庭で見せる様子が異なることもあります。子どもの様子を、周囲の大人が共有することが大切です。

メディアからの情報

テレビから繰り返し報道される映像を見たり、話を聞いたりして、普段よりも落ち着きがないなどの反応が出る場合があります。一時的にそういう刺激を控えることも1つの方法です。子ども達が、安心して過ごせるように、普段の食事、睡眠、勉強、遊びを大切にしましょう。

大人も休息を♪

ストレス反応は、大人にも表われます。辛いときは、無理せずに、周りに相談しましょう。他人と比べずに、自分のペースを保って、こころとからだを休ませましょう。

- 相談電話（学校） 852-2888
- 栗飯原スクールカウンセラー
カウンセリング(予約用直通電話) 852-2920
- ※ 受付: 火曜日、午前10時～午後17時まで

※ 上記以外の時間帯での予約につきましては、直通電話の留守番電話にお話をいただくか、学級担任へご連絡ください。（学級担任を通して予約をすることも可能です）

(資料)

「心とからだの健康アンケート」

下記は、6月1日にお子様に行ったアンケートです。

深谷中学校では、このアンケートを基に、2日(火)～12日(金)の間で全生徒対象に1人あたり5分～10分の教育相談を行います。

1. 心とからだをチェックしてみましょう

この一週間に、つぎのことがどれぐらいありましたか？		ない	あまりない	少しある	非常にある
1	なかなか、眠れないことがある	0	1	2	3
2	むしゃくしゃしたり、イライラしたり、かっとしたりする	0	1	2	3
3	怖くて、落ち着かない	0	1	2	3
4	自分が悪い(悪かった)と責めてしまうことがある	0	1	2	3
5	頭やお腹が痛かったり、からだの調子が悪かったりする	0	1	2	3

2. 毎日の生活をチェックしてみましょう

この2週間をふりかえって、
あてはまるどころの数字に○をつけましょう。

		あてはまらない	あてはまらない あまり	どちらでもない	あてはまる すこし	あてはまる
1	毎朝、体温をはかり、健康観察をしている	1	2	3	4	5
2	手あらいは石けんで指のあいだや手くびまであらう正しい手あらいをしている	1	2	3	4	5
3	せきエチケットを守っている	1	2	3	4	5
4	朝食を毎日、食べている	1	2	3	4	5
5	毎日、寝る時刻や起きる時刻が決まっている	1	2	3	4	5
6	課題や宿題、勉強をする時間を決めてやっている	1	2	3	4	5
7	自分の気持ちがリラックスする方法を知っていて、実際にやっている	1	2	3	4	5
8	ゲームや趣味の時間については約束事やルールを作り、それを守っている	1	2	3	4	5
9	困ったことがあったとき、人に話したり、相談したりする	1	2	3	4	5

3. 休校中、どのような生活をしていましたか。

4. 休校中、ストレスを感じたことはありますか。 → あった ・ なかった
また、あった場合はどのようなことですか。

5. 学校再開にあたり、不安なことや心配なことはありますか。

6. 担任の先生やクラスの仲間へメッセージを書いてください。

アンケートはこれで終わりです。ありがとうございました。