

# 高校生のみなさんへ

～ゴールデンウィーク中もコロナ対策を忘れずに！～

## 感染リスクが高まる「4つの場面」

### 場面① 会話の時

- マスクなしで人と近い距離で会話をすると、飛沫感染のリスクが高くなるので **外出時** もマスクを着用しましょう。
- **公共交通機関** を利用する場合は、マスクを着用の上、車内での会話を控えましょう。



#### 【ワンポイント】

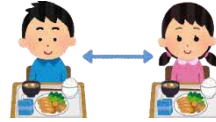
気温が高い日は熱中症のリスクが高くなるので、こまめに水分を補給する。屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合は、マスクを一度外すなど、体調管理にも注意しながら感染症対策に注意する。

### 場面② 飲食の時

- 食事の時は、飛沫を飛ばさないよう、向かい合わせにしないなど工夫し、**会話を控え、飲食後はマスクを着用** しましょう。

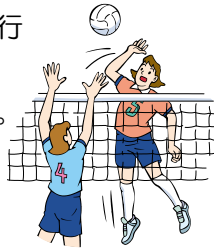
#### 【ワンポイント】

飲食時の箸やコップは、使い回さず1人で使用する。



### 場面③ 部活動の時

- **部活動** では、休憩や更衣、大会への移動や観戦の時もマスクを着用し、会話を控えましょう。
- 活動の前後は、必ず石けんによる手洗いや、手指消毒を行いましょ。
- 活動終了後に生徒同士で食事をすることを控えましょう。



#### 【ワンポイント】

タオルや水分補給のボトル等は、自分専用のものを使う。

### 場面④ 人が集まる時

- **学校外** でも、換気の悪い密閉空間、多数が集まる密集場所、間近で会話や発声をする密接場面を避けましょう。

#### 【ワンポイント】

室内では十分な換気（空気の入替え）に努める。



### 実際の感染事例

#### CASE 1

公共交通機関に乗車中、友人と向かい合わせに座り、**マスクを外して会話**をした後、友人の感染に伴い、感染が判明した。

#### CASE 2

部活動の大会前に行われた**合宿の練習や会食で、外部の人たちとマスクを外して交流**した後、感染した。

#### CASE 3

部活動終了後、友人と**飲食店に立ち寄り、マスクを外して会話**をした後、友人の感染に伴い、感染が判明した。

#### CASE 4

試合終了後、**マスクを外してチーム全員が同じ更衣室**で着替えをした後、複数人が感染した。

#### CASE 5

**換気や身体的距離が不十分な状態のライブ**に参加後、発熱し感染が判明した。さらに、他の参加者も感染が判明した。

感染に不安を感じる時は、ワクチン接種の有無にかかわらず、検査を受けましょう。（無症状の方に限ります）

北海道教育委員会