



不要不急の外出を避け、社会を守ろう！

いま、自分が出来ることを、正しい情報と正しい知識を元に、適切に行うことが自分自身の健康と、社会の健康を守ることに繋がります。適切な行動をとり、感染を予防しましょう。

新型コロナウイルス感染の拡大を防止するために、改めて、学校への休業措置が要請されました。滋賀県内でも感染の拡大が懸念されています。みなさんが自宅にてきちんと待機することが、感染拡大を防止し、社会の医療資源や、健康に課題のある人を守ることに繋がります。

生徒のみなさんは、咳エチケットや手洗いなどの感染症対策に引き続き努めていただくようお願いいたします。

健康観察票に毎日の体温、体調を記録して、健康管理を行い、記録後は、学校メールへの報告をお願いします。(メールで連絡の出来ない人は電話連絡をお願いします。)

自宅待機中の過ごし方

□自らの健康を守ろう□

免疫を下げないように、規則正しい生活を送りましょう。睡眠時間の確保、決まった時間に食事を摂るなど、生活リズムを崩さないようにしましょう。時間割を作って、リズム感のある生活を過ごすことが免疫向上に役立ちます。

□学校休業！外出は最小限に□

外出は基本的には控えてください。学校休業が求められた理由について改めて確認しましょう。

□学習時間の確保□

指示された課題にきちんと計画的に取り組みましょう。

自分自身の課題についてじっくりと取り組み、普段時間の取りにくい発展的な学習への取り組みや、読書なども行いましょう。大学調べなど皆さんの進路に役立つ調べ学習なども行いましょう。

□学校に連絡メールを朝 10 時までに送信し、一日一度は学校のホームページを確認しましょう□

担任の先生方は、連絡メールを元に、皆さんの健康状態を把握します。起床して、体温を測定し、朝 10 時までに必ずメール連絡をしてください。

学校からの皆さんへの連絡や課題等の提示がある場合がありますので、一日一度は学校のホームページの更新が無いかを確認しましょう。

学校への連絡メールについて（56期生）3年生用

毎日健康観察を行い、平日のみ朝 10 時までに報告しなさい。

学年ごとに決められたメールアドレスへメールを送ってください。

3年生 56期生	メールでの連絡が出来ない人は、学年代表番号に 10 時までに連絡してください。
maibara-h.56@pref-shiga.ed.jp	
	

1 健康な人、咳症状、発熱の無い人は、

件名のみを入れて送信してください。

例：3年8組2番の生徒で、体温が36.2度の場合は、

件名：3802 362 （間に半角スペースを入れること）

と、出席番号、体温の半角数字のみを送ります。（自分の出席番号で）

（本文については何も記入せずに件名のみ空メールを送ってください。）

2 発熱、咳症状など何らかの体調不良がある人は、

例：3年9組45番の生徒で体温が37.5度の場合は、


件名：3945 375 t ←最後に「 t 」(半角英数字)をつけてください。

と記入し、メールの本文に「発熱 37.5度。喉が痛い」などの詳細を記載してください。連絡先の電話番号も記入してください。学校より連絡することもあります。

学校への連絡メールについて（57期生）2年生用

毎日健康観察を行い、平日のみ朝 10 時までに報告しなさい。

学年ごとに決められたメールアドレスへメールを送ってください。

2年生 57期生	メールでの連絡が出来ない人は、学年代表番号に 10 時までに連絡してください。
maibara-h.57@pref-shiga.ed.jp	
	

1 健康な人、咳症状、発熱の無い人は、

件名のみを入れて送信してください。

例：2年8組2番の生徒で、体温が36.2度の場合は、

件名：2802 362 （間に半角スペースを入れること）

と、出席番号、体温の半角数字のみを送ります。（自分の出席番号で）

（本文については何も記入せずに件名のみ空メールを送ってください。）

2 発熱、咳症状など何らかの体調不良がある人は、

例：2年9組45番の生徒で体温が37.5度の場合は、

件名：2945 375 t ←最後に「 t 」(半角英数字)をつけてください。

と記入し、メールの本文に「発熱 37.5度。喉が痛い」などの詳細を記載してください。連絡先の電話番号も記入してください。学校より連絡することもあります。

学校への連絡メールについて（58期生）1年生用

毎日健康観察を行い、平日のみ朝 10 時までに報告しなさい。

学年ごとに決められたメールアドレスへメールを送ってください。

1 年生 58 期生	メールでの連絡が出来ない人は、学年代表番号に 10 時までに連絡してください。
maibara-h.58@pref-shiga.ed.jp	
	

1 健康な人、咳症状、発熱の無い人は、

件名のみを入れて送信してください。

例：1 年 8 組 2 番の生徒で、体温が 36.2 度の場合は、

件名：1802 362 （間に半角スペースを入れること）

と、出席番号、体温の半角数字のみを送ります。（自分の出席番号で）

（本文については何も記入せずに件名のみ空メールを送ってください。）

2 発熱、咳症状など何らかの体調不良がある人は、

例：1 年 9 組 45 番の生徒で体温が 37.5 度の場合は、

件名：1945 375 t ←最後に「 t 」(半角英数字)をつけてください。

と記入し、メールの本文に「発熱 37.5 度。喉が痛い」などの詳細を記載してください。連絡先の電話番号も記入してください。学校より連絡することもあります。