

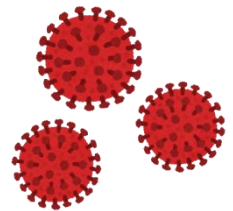
保健だより臨時号



新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) の感染拡大に伴い、「緊急事態宣言」が発表され、3 月より臨時休業が続いていました。本来ならフレッシュな気持ちで迎える新学期ですが、まだまだ不安が残っていますね。そこで改めてコロナウイルスについて知るとともに、自分自身の体調管理や感染予防に努めていきましょう。

コロナウイルスってなんだろう？

ウイルスについて知っていますか？ウイルスは目に見えないくらい小さくて、ヒトや動物に感染していろいろな病気の原因になるものです。いま話題になっているコロナウイルスにはいくつかの種類があり、昨年12月に中国でみつかった新しいコロナウイルスによる感染が日本でも広がっています。コロナウイルスはヒトのつばや咳、くしゃみによってヒトからヒトへと感染していきます。これを飛沫感染（ひまつかんせん）といいます。また、手についたウイルスが原因で感染することもあります。



【新型コロナウイルス感染症と一般的なかぜとの違い】

	新型コロナウイルス	普通の風邪
症状	発熱・せき・たん・はなみず、だるさ・げり・おうと	
経過期間	約7日間つづく 悪化するときは急に進行	3～4日で軽快しはじめる
合併症	約2割で肺炎 さらに一部が重症化 もともと病気を抱えている人は注意が必要	入院が必要になる合併症は少ない

どんなヒトが感染しやすいのだろう？

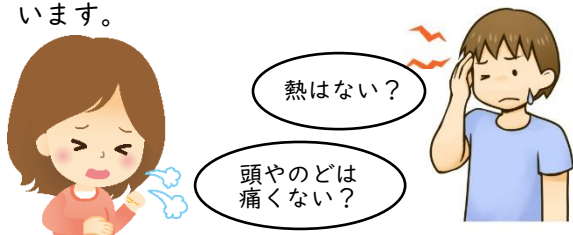
子どもがコロナウイルスに感染しても何もおきない、ちょっと風邪のような症状がでるくらいですむことが多いようです。しかし、お年寄りやもともと病気を抱えている人が感染してしまうと重症化する危険性が高まります。命をおとすこともあります。気づかないうちに感染してしまい、大切な家族に感染を拡大させてしまうことも十分に考えられます。



自分を、家族を守るために ウイルスを広げないことが大切です

登校前の健康観察

登校前に必ず自宅で検温をし、微熱でも風邪症状がある場合は登校しないでください。登校時には玄関で健康チェックを行います。



手洗いや咳エチケット

帰宅時やごはんを食べる前には石けんで手を洗いましょう。咳やくしゃみをする際には、マスクやハンカチなどを使って口や鼻をおおひましょう。



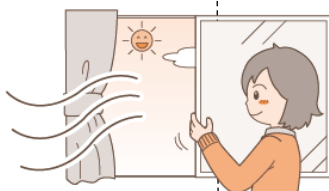
環境整備

こまめな換気と、頻繁に触れるところには消毒を行いましょう。



★換気のポイント★

- ・1時間に5～10分を目安に。
- ・対角線上の窓をあける。



生活習慣

十分な睡眠、適度な運動やバランスの取れた食事を心がけ、抵抗力を高めましょう。また、不要な外出は控えましょう。



学校再開後も感染予防を続けよう！

授業中や給食中、先生方・友人と会話するときには3つの密を避けましょう。授業中は席と席の感覚を広めにとるなどの意識が必要です。また、できる限りマスクを着用して学校にくるようにしてください。

密閉

密接

密集

保護者のみなさまへ

コロナウイルス感染症の拡大による、先行き不透明な状況に不安やストレスを感じている方も多いと思います。休校開校の生徒の様子を適宜お伝えしていこうと考えていますので、ご自宅でもお子様の体調管理等、引き続きよろしくお願い致します。何か心配なことがございましたらいつでも学校の方へご連絡ください。

健康診断の予定

6月	2日(火)	1年心臓検診
	12日(金)	1年結核検診
	16日(火)	尿検査(一次)
7月	1日(水)	尿検査(二次)
	15日(水)	二次2回目

※コロナウイルス感染症の影響で検診日が変更になる可能性もあります。その他の検診についても日程が決まり次第連絡いたします。