



令和2年4月15日  
正院小学校 保健室  
保護者の皆様へ

## 新型コロナウイルスについて

世界各国で新型コロナウイルスが流行しています。石川県での罹患者も日に日に増え、遂に独自の緊急事態宣言が発表されました。高齢者だけでなく、若年層の感染の報告も増えています。いつ治まるのかとても不安ですね。日々情報は更新されていますので、毎日新しい情報をチェックするとともに、手洗い・うがい等の予防を必ず行うようご家庭でも声かけのほうよろしくお願ひします。

### 保護者の皆様へ

- ◎ご家庭の方でこまめな手洗い・うがいの指導をお願いします。また、食事をしっかりとる・睡眠を十分にとる・お風呂に入って身体をあたためるなど、生活リズムを整えて過ごすようお願いします。
- ◎毎朝検温をし、37.0℃以上の熱がある場合や風邪症状がある場合は学校に連絡してください。
- ◎休日でも不要不急の外出はお控えください。どうしても人混みに行く場合は、必ずマスクの着用をお願いします。

#### ○新型コロナウイルスって？○

- ・発熱や上気道症状（咳症状）を起こすウイルス。
- ・症状としては倦怠感・発熱（37.5℃以上）・咳・のどの痛み等

#### ○感染経路○

- ・感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」
- ・ウイルスに触れた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

#### ○予防方法○

- ・石けんで手洗い、うがい、消毒
- ・マスクの着用
- ・人ごみに行かない（休日の過ごし方に気を付けましょう）



#### ～手洗いの6つのポイント～



- ①手のひら  
手のひらを合わせ  
よくこする



- ②手の甲  
手の甲をのぼすよう  
にこする



- ③指の間  
指の間も十分に  
洗う



- ④指先・つめ  
指先やつめの間  
も念入りに！



- ⑤親指のまわり  
親指と親指の付け  
根を洗う



- ⑥手首  
手首を軽くにぎり  
ながら洗う

ウイルスは小さくて  
目では見えません

# 新型コロナウイルスに かからないようにするために

感染したり、誰かにうつしてしまったりしないように、注意すること

## 1 せっけんで しっかり手を洗う

家に帰ったときやごはんを食べる前には、  
せっけんで手を洗いましょう。  
指の間、指の先、親指、手首なども  
しっかり洗いましょう。



## 2 手を消毒する

せっけんで手を洗えないときは、  
アルコールなどの消毒液で消毒しましょう。  
消毒液を手にかけて、手のひら、指、  
指の間、親指、手首をしっかりとこすります。



## 3 手で顔をさわらない

手にはウイルスが付いているかも  
しれません。  
口や鼻、目はさわらない  
ようにしましょう。



## 4 せきやくしゃみをするときは、 ハンカチを使う

せきやくしゃみが出るときは、ハンカチや  
タオルで鼻と口をおおきましょう。  
マスクがあれば、マスクをしましょう。



## 5 ドアノブや手すりなどを 消毒する

ウイルスは、金属やプラスチックの  
表面に長く残ります。  
ドアノブや手すり、テーブル、携帯電話など、  
手でよくさわるところは  
アルコールなどで消毒しましょう。



## 6 人が集まる場所には 行かない

ウイルスは、人から人にうつります。  
人が集まる場所には  
行かないようにしましょう。



## 7 話をするときは 2メートルほど離れる

他の人と話すときは、2メートルほど  
離れましょう。2メートルは、  
大人が両腕を広げたくらいの長さです。  
必要なことは、電話やメールで  
伝えるとよいです。



## 8 遊びに行くのは 少しがまん

旅行やおでかけなどは少しのあいだ  
がまんしましょう（新型コロナウイルスが  
おさまったら、思いっきり遊びましょう！）。



## 9 具合が悪と思ったら 家から出ない

熱があったり、咳やくしゃみが出たり、  
息苦しかったり、いつもより体調が  
よくないと思ったら、家から  
出ないようにしましょう。

