

新型コロナウイルス感染症の対応について

現在、世界において新型コロナウイルス感染症の発生が増える中、私たち一人ひとりが感染をできる限り抑えるための行動をとることが重要となっています。

特に学校という集団生活を送る場所は、感染が拡大しやすい環境にあるため、一人ひとりが意識をもって感染予防につながる行動を心がける必要があります。

石川県内でも感染が拡大してきています。いつ誰が感染するかわからない状況です。人ごとと思わず、真剣に取り組んでほしいと思います。

生徒の皆さんにお願いします

登校日は、登校前に必ず行ってください。



1. 登校前の健康観察・体温測定

- ① 体温が37.5℃以上ある場合、微熱でも風邪などの症状（咳・くしゃみ・鼻水・体がだるい・味やにおいに違和感があるなど）がある場合は、その旨を学校に連絡し、欠席して自宅待機してください。
- ② 登校前に検温をし、「健康チェック表」を記入した後、保護者の印かサインをもらってください。（自宅に体温計がない場合も、風邪症状欄と保護者確認欄は自宅で記入し、検温のみを学校の玄関先で行うようにしてください。）
- ③ 登校時、玄関先に立っている先生に「健康チェック表」を見せ、内容を確認してもらってから校舎に入ってください。

「健康チェック表」を忘れたり、検温していない場合は玄関先で検温してもらいます。

2. 自宅での健康観察

- ① 発熱や風邪などの症状が見られた場合は、毎日、体温測定をして記録してください。
- ② まずは自宅で休養して様子を見てください。
- ③ 症状が治まらず、下記のような症状がある場合は保健所に相談してから受診して下さい。

・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある



<問い合わせ先>

【南加賀保健福祉センター】	電話 (0761) 22-0796
【石川中央保健福祉センター】	電話 (076) 275-2250
【金沢市保健所】	電話 (076) 234-5106
【石川県健康福祉部健康推進課】	電話 (076) 225-1670

3. 手洗い

- ①登校後、トイレの後、食事前、運動や作業の前後、掃除の後、帰宅した時は必ず手をしっかり洗いましょう。
- ②毎日、清潔なハンカチやタオルを持ってきましょう。
着ている服にはウイルスがついている可能性があるので、決して洗った手を服で拭いてはいけません。



4. マスクの着用

- ①できる限りマスクの着用をお願いします。
新型コロナウイルスは無症状でも、感染していればツバなどで人にうつしてしまいます。
自宅にマスクがない場合は、手作りマスクの作り方も紹介していくので、保護者の方をお願いしたり、自分で作ってみてください。

5. 換気

- ① 空気中のウイルスの濃度を下げ、室内が密閉されないようにします。
- ② 自宅でも1時間に1度、5分間程度の換気を心がけてください。

6. 早寝・早起き・適度な運動・食事に気を付ける

- ① 十分な休養や睡眠は、免疫力を高める効果があります。
- ② 適度な運動は、血液のめぐりを良くし、体温と代謝を上げるため免疫力が高まります。
- ③ 栄養バランスのとれた食事が免疫力を高めます。色々な食品を組み合わせるようによいでしょう。

7. 不必要な外出をさける

- ① 人ごみの多い場所にはいかないようにしましょう。

8. その他、以下の行動はとらないでください。

- ① 友達と肩や腕を組んだり、手をつなぐ。
- ② ペットボトルや水筒の回し飲み
- ③ 食事やお菓子の分け合い
- ④ タオルの共有
- ⑤ 体操服、部活の服の貸し借り

窮屈な決め事もあるかもしれませんが、現在、新型コロナウイルスに感染してつらい思いをしている人、また、感染した人を助けようと病院などで戦っている方々のことを考え、今、自分ができることをみんなでやりましょう。