

## 新型コロナウイルス感染症の予防について

長かった春休みが終わり、学校が再開されます。春休みが始まる前は、高齢者や持病のある方の感染が目立ちましたが、現在では、私たちのような若者の感染者も増加しています。あなたの感染予防の行動で、あなたと、あなたの大切な人の命を守ることができます。感染者を増やさないことが、最前線で戦っている医者や看護師の方々を助けることにもつながります。その外出、いま、必要な、、、？一度振り返ってみてください。

### みなさんに協力してほしいこと

◎ **毎朝、検温してから登校してください。**

37.5℃以上の発熱があるときや、平熱より1℃以上高いときは、登校せず家庭で休養してください。

風邪症状がある場合も家庭で休養してください。

◎ **朝のSTで、「健康観察カード」の記入をしてください。**

家庭での検温の結果と、風邪症状の有無を確認します。

◎ **こまめに手洗いをしてください。**

ウイルスがついた手で口や鼻を触ると、粘膜から感染します。

「♪ハッピーバースデーの歌」を歌い終わるまで石けんで洗い、水で流す時も、同じ時間かけて洗いましょう。

◎ **換気の悪い密閉空間にしないため、教室の換気をしてください。**

毎放課、窓を全開にし、換気をしましょう。対角線上の窓と扉を開けると、風が通りやすいです。

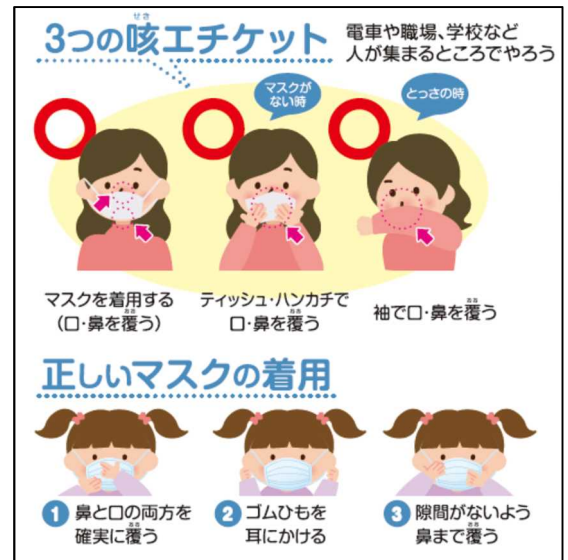
◎ **近距離での会話を控えてください。**

飛沫を相手に飛ばさないよう、積極的にマスクを活用してください。

使い捨てマスクが入手しにくくなっています。手作りマスクの作り方については「子供の学び応援サイト」などを参考にしてください。手縫いでも作れます。

ハンカチを折って代用することもできますよ。

([https://www.mext.go.jp/a\\_menu/ikusei/gakusyushien/mext\\_00460.html](https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html))



引用：厚生労働省



引用：厚生労働省

◎ 免疫力を高めるため、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てください。

◎ むやみに外出することを避けてください。家にいるだけで人の命を助けることができます。



おすすめ!

## 新型コロナ関連情報一覧

\* 「あなたのいばしょ」 チャットで相談できます。

\* 「子ども SOS ほっとライン24」 Tel 0120-0-78310 24時間 無料

\* 「愛知県 新型コロナ対策パーソナルサポート」 LINE アカウント

あなたの今の健康状態に合わせた新型コロナに関する情報が得られる。感染してしまったかな？  
と思ったときには、どのように対応していけばよいか LINE で教えてくれる。

\* 「家にいることで人の命を助けられる」約1分 Youtube 動画

\* 「コロナウイルスとは何か&あなたは何をすべきか」8分半 Youtube 動画

再生速度を  
落として見てね!

## ※感染の心配を感じたときは、、、

Q2 感染したかも?と思ったら  
どうしたらいいですか?



A 以下の場合には、最寄りの保健所等  
にある「**帰国者・接触者相談センター**」  
に電話で相談しましょう。

① **風邪の症状や37.5度以上の熱が  
4日以上続く**

② **強いだるさや  
息苦しさがある**



・**重症化しやすい高齢者や基礎疾患がある方**  
に加えて、念のため**妊婦さん**は、こうした状態  
が**2日程度続いたら**相談しましょう。

・症状がこの基準に満たない場合には、かかり  
つけ医や近隣の医療機関にご相談ください。

知多保健所（常滑市、東海市、大府市、知多市）

Tel 0562-32-1699

半田保健所（半田市、阿久比町、東浦町、南知多  
町、美浜町、武豊町）

Tel 0569-21-3342

衣浦東部保健所（碧南市、刈谷市、安城市、知  
立市、高浜市、みよし市）

Tel 0566-22-1699

※名古屋在住者は、最寄りの保健センターに電話