



## 新型コロナウイルス感染症 <おうちのかたと一緒に読みましょう>

全国的に感染者数が増え、利府町内でも誰がかかってもおかしくない状態が続いています。学校では新しい生活様式の徹底に子どもたちも教職員も継続して取り組んでいます。

2月に入ってから、朝の健康観察や保健室利用する人の中で多いのは「**咽頭痛**」です。高熱や腹痛で早退する人もいますが、大体の場合、「のどが痛い」とか「咳が出てひりひりする」と言う人が多いです。体の抵抗力が落ちてると喉や鼻、目などの粘膜からウイルスは体に入ってきます。しっかり治して感染症を防ぎましょう。

また、オミクロン株は、「咽頭痛」や「咳」などのかぜ症状から始まり、熱が上がってくるようです。登校前の検温と健康観察を丁寧をお願いいたします。

学校は集団生活の場です。集団感染を予防するためにも、『**本人や同居家族にかぜ症状がある場合**』は、**登校を見合わせ、かかりつけ医と相談し、ゆっくりと体を休ませてください。**特に検査を受けている家族がいる場合は自宅での休養をおすすめします。



### ～ 新しい生活様式 ～ 継続中！！

1. 3つの密（密閉・密接・密集）を回避すること
2. 換気をする
3. 人と人との距離を取る
4. 石けんでしっかりと手を洗う
5. マスクを着用
6. 毎朝検温と健康観察をしてくる
7. 大声で話さない
8. 家族の方も健康観察を行う



\*マスク：文部科学省や厚生労働省では、「不織布マスク」を推奨しています。鼻の上から顎の下まですき間ができないものを使用しましょう。

### 「はやね はやおき あさごはん」

先日、管理校医の高橋晋先生から、「感染症予防のために、マスクや石けん手洗い、換気、ワクチンなどが大切。その他に、**抵抗力**を付けるためにしっかりと睡眠を取ることやバランスの良い食事をする

みなさんは何時に寝ていますか。体の成長や体調回復などに作用する成長ホルモンは夜寝ている間にでてきます。朝、カーテンをしっかりと開けて日の光を浴びていますか。朝日を浴びることでセロトニンが働き、体も心もスタートしやすくなります。朝食も食べて午前中の学習はバッチリですね。



新型コロナ  
ウイルス

# 感染拡大防止へのご協力をお願いします

ワクチン接種後も、「マスクの着用」や「手洗い」、  
「3密(密接・密集・密閉)回避」などを徹底してください。

## 正しく使おう マスク!



- ①鼻の形に合わせ  
すき間をふさぐ
- ②あご下まで伸ばし顔に  
すき間なくフィットさせる

会話時は  
必ず着用!

ポイント

- ・鼻出しマスク× あごマスク×
- ・着けたら外側は触らない
- ・ひもを持って着脱
- ・品質の程かな、できれば不織布を

## こまめにしよう

## 手洗い・手指消毒!



こんなタイミングでは必ず!

- ・共用物に触った後
- ・食事の前後
- ・公共交通機関の利用後 など

ポイント



指先・爪の間・指の間や手首も  
忘れずに洗いましょう!

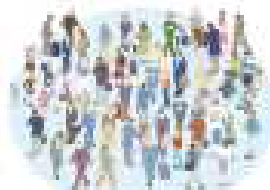
## 目指そうゼロ密!

一つの密でも避けましょう!!



密接

マスクなし× 大声×



密集

大人数× 近距離×



密閉

換気が悪い× 狭い所×

▶ 体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。 ▶ ワクチン未接種の方は接種をお願いします。

