

# ほけんだより 5月特別号

令和2年5月12日(火)  
加美町立西小野田小学校  
保健室

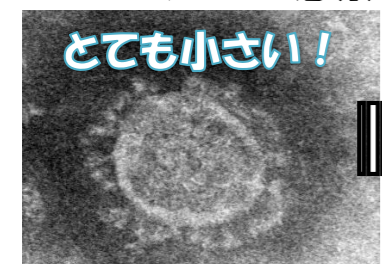
## 学校再開にあたって

4月から約1か月ぶりに、登校日を設定します。休校中は、ご家庭で感染症予防について様々なご配慮や、お声掛けをいただき、ありがとうございました。下記の新型コロナウイルスについての確認事項について(様々なメディアで周知されていますが)、お子さんと再度ご覧いただき、今後の感染症対策にお役立ていただければと思います。よろしくお願いいたします。

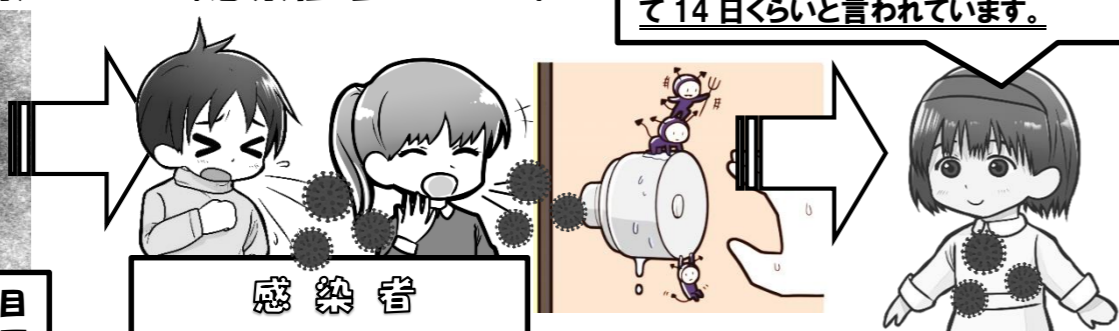
## もう一度、確認しましょう…新型コロナウイルスについて

### 1. どうやって感染するの?(感染経路について)

とても小さい!



新型コロナウイルスは、目には見えないくらい小さいです。1/10,000 mmくらいの大きさと言われています。



感染者

この小さなウイルスが、感染した人のだ液(つば)などに含まれ、くしゃみやせき、おしゃべり(会話)、握手、ウイルスのついたドアノブなどに触れることで感染します。(接触感染、飛沫感染)

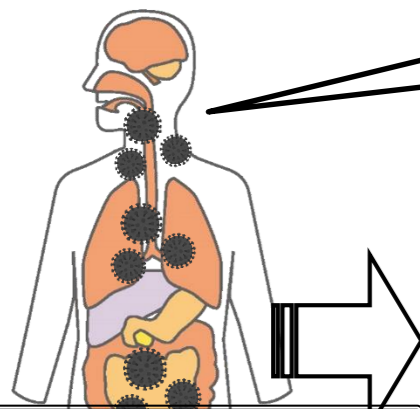
症状が出るまで、短くて5・6日、長くて14日くらいと言われています。

ウイルスに汚染された手で、鼻や目をこする、顔や髪を触る、食事をするなども感染するリスクが高いといわれています。



### 2. どんな症状が出るの?

新型コロナウイルスは、体の中に入ると、のどや肺、腸などで増えていきます。ウイルスは体の中で長く留まり、以下のような症状が見られるといわれています。



発熱・だるさ



せき・くしゃみ



鼻水・鼻づまり



腹痛・下痢



吐気・嘔吐



においや味が分からない

風邪のような症状や、発熱が2~4日以上続く場合、強いだるさや息苦しさが続いている場合は、かかりつけの内科医に相談してください。

### 3. 感染を防ぐために、何を気を付けたらいいの?

学校で実施すること…感染を防ぐため、学校では以下の対策をします。



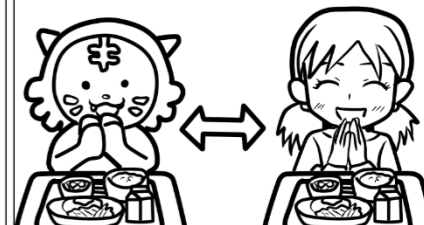
定期的な健康観察、検温(体調不良者の早期発見)



教室の常時換気(業間・昼休みの全面換気)



こまめな手洗いうがいの励行・手指の消毒



屋食時等のグループ活動の中止(机の距離を離す、向かい合わない)



せきエチケット、ハンカチの携帯、マスク着用の呼びかけ



施設・設備の定期的な消毒の実施

業間休み後のアルコール消毒、放課後の次亜塩素酸での全面消毒等



規則正しい生活、感染症対策について定期的な指導

ご家庭で気を付けていただきたいこと…引き続き、ご協力をお願いします。



毎朝の検温、健康観察(家庭学習カードに記入)



こまめな手洗いうがいの励行

- ・せき、くしゃみ、鼻をかんだ後
- ・食事の前後
- ・公共の場所から帰った時
- ・外にあるものに触った時
- ・病気の人へのケアをした時



こまめな換気(空気の入替え)

### サイズの合ったマスクをしましょう。



- ・鼻からあごまで必ず覆う。
- ・横など隙間を作らないようフィットさせる。

### 不織布・布マスクの洗い方

1. 洗剤を薄めた水に浸し、10分間着け置く。
2. 3回ほど水を変え、ためすぎをする。
3. 乾いたタオルに挟み、水分をとる。
4. 干して乾かす。

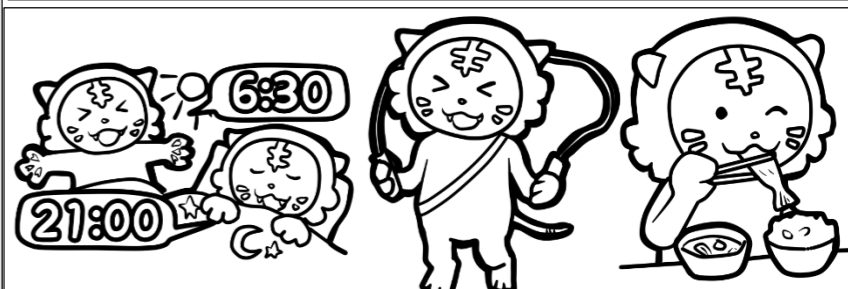


学校より、布マスクを配布します(詳しくは学校だよりをご参照ください)。

お出かけの際のマスク着用、衛生管理

換気が悪い	多数が集まる	間近で会話・発声	1m以内で15分以上接触するとリスクが高いと言われています。外出時、人とはなるべく離れましょう!
密閉空間	密集場所	密接場面	

三密が見られる場所への外出の自粛



規則正しい生活習慣と十分な休養、運動、食事