

ほけんだより 新型コロナウイルス感染症対策特別号

2021年度 No.5 徳島県立城南高等学校

新型コロナウイルス感染症について、感染力が非常に強い「デルタ株」や「人流増」の影響などにより、全国的に爆発的な感染拡大となっています。

徳島県でも、8月以降クラスターが複数発生し、急激に感染が拡大しています。

もう一度、自分の生活を振り返り、感染症対策ができているかチェックしてみましょう。

家庭内での『感染予防対策』8つのポイント

〈『感染が疑われる方』が家庭内にいる場合のポイント〉

- ①部屋を分けましょう
- ②お世話はできるだけ限られた方でしましょう
- ③全員がマスクをつけましょう

〈家庭内で普段から注意する感染予防のポイント〉

- ④手洗い・うがいをしましょう
- ⑤換気をしましょう
- ⑥手で触れる共有部分を消毒しましょう
- ⑦汚れたシーツ、衣服を洗濯しましょう
- ⑧ごみは密閉して捨てましょう



健康チェック、できていますか？

- 朝・夕の体温を健康観察表へ記入しましょう。
- 朝の検温を忘れた場合は、保健室前や職員室前で検温してから教室へ行きましょう。
- 体調不良（発熱や喉の痛みなどの風邪症状、倦怠感や息苦しさなど）を感じた時は、学校を休み、病院へ受診・相談しましょう。
- 日頃から十分な睡眠、栄養バランスのとれた食事、適度な運動などを心がけ、健康に過ごしましょう！



密を避けましょう！

3つの「密」

- ①換気の悪い 「密閉」 空間
- ②多数が集まる 「密集」 空間
- ③間近で会話や発声をする 「密接」 空間

★1つでも当てはまる場面は避けましょう！

マスクを正しく着用しましょう！

マスクには、①自分の鼻水や唾が飛ぶのを防ぐため。②周りの人からの飛沫を直接顔に受けないため。③鼻やのどの乾燥を防ぐため。などの役割があります。

しかし、マスクをしているから安心というわけでは決してありません。重要なのはマスクを正しくつけることです。

これはNG！



鼻出しマスク



サイズが合っていない



顎かけマスク



マスクの外側を触る

正しい着用

おすすめは不織布マスクです！



- ①マスクのワイヤーを鼻の形に合わせて折っている
- ②鼻から顎まで覆われている
- ③すき間がない

正しい外し方



耳にかけるゴムの部分を持って外します。
マスクの外側には触れないよう気をつけ、もし触ってしまった時は手を洗ったり、手指消毒をしたりしましょう。

捨てるときは、ビニール袋などに入れて口を縛ってから捨てましょう。

PCR 検査について

- ・PCR 検査を受ける（受けた）場合は、すみやかに学校へ連絡してください。
- ・結果が分かり次第、すぐに連絡するようにしてください。

新型コロナワクチン接種について

新型コロナワクチン接種について正しく理解し、新型コロナウイルスやワクチン接種に関する差別などがないようにしましょう。

- ・ワクチン接種は強制ではありません。
- ・接種をしたくない人はしなくてよいこと。
- ・病気やアレルギーなど、様々な理由によって、ワクチン接種することができない人もいます。
- ・接種を望まない人もいますので、一人一人の考えや事情を尊重しましょう。

副反応も人それぞれです。



★ワクチンを接種しても、感染しないわけではありません！接種後も感染対策をしましょう！