

令和2年3月19日
日本音楽高等学校
保健室 児島智美

臨時 保健たより

☆☆ 新型コロナウイルスについて ☆☆

- ・咳エチケットや手洗いなどの基本的な感染症対策を徹底すること。
- ・風邪症状がある場合には外出を控え、やむを得ず外出する場合には、マスクを着用すること。
- ・集団感染の共通点は、特に、「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」であるため、換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けること。

厚生労働省は医療機関で感染が広がるリスクを減らすため、かぜや発熱などの軽い症状の場合は自宅で療養し、37度5分以上の発熱が4日以上続くなどした場合は都道府県に設置されている「帰国者・接触者相談センター」に相談するよう呼びかけています。

- 新型コロナウイルスに関する感染の予防、心配な症状や対応などについての相談
- 東京都電話相談窓口 ☎5320-4509 受付時間/9時～21時(土・日、祝日も実施)
- 厚生労働省電話相談窓口 ☎0120-565653 受付時間/9時～21時(土・日、祝日も実施)

●次の症状がある方は「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

①風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いている。

(解熱剤を飲み続けなければならないことを含む)

②強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。

※高齢者や基礎疾患等のある方は、上記状態が2日程度続く場合

●都、特別区、八王子市、町田市合同電話相談センター

☎5320-4592 受付時間/月～金=17時～翌9時、土・日、祝日=終日

☆☆ 春季休業期間に登校するときに ☆☆

- 1、 自宅を出る前に検温を行う。いつもよりも体温が高い場合には、学校または顧問に連絡をして判断をもらうこと。
- 2、 「咳」「強いのどの痛み」がある場合にも登校前に連絡をしましょう。

☆☆ 新年度 始業式で登校する際にお願い ☆☆

○ 自宅を出る前に「検温」をし、いつもよりも体温が高い(37度を目安にしていますが、平熱が高い人は37.5度以上)場合は、登校前に学校へ連絡をしましょう。

⇒保育園、幼稚園では登園時の検温が3月より始まっています。4月以降、高校生も同様の対応が始まる可能性もありますのでご了承ください。

○ 「咳エチケット」も含め、マスクを着用しましょう。

○ 登校時の「手洗い」は確実にいきましょう。

☆☆ 学校への連絡をお願いします ☆☆

「本人または同居する方」で新型コロナウイルスに感染または感染の疑いがあり、経過措置になっている場合に学校または担任への連絡をお願いいたします。

手洗いの仕方

1、手のひらを合せて5秒間洗う



2、手の甲を伸ばすように5秒間洗う



3、指先や爪の間も、渦を描くように

5秒間洗う



4、指の間も十分に5秒間洗う



5、親指を手のひらでねじるように

5秒間洗う



6、手首も忘れずに5秒間洗う



マスクを着用する(口・鼻を覆う)

咳が出る時は、マスクをするようにしましょう。鼻からあごまでを覆い、すき間がないようにつけましょう。

[参考資料]感染症対策ガイドライン(2018年改訂版)
厚生労働省

