

ほけんだより

とくべつごう
特別号 (児童・保護者向け)

令和 3年 9月

大阪市立南津守小学校

新型コロナウイルス感染の「第5波」の感染が広がっています。感染力の強い変異ウイルス「デルタ株」の蔓延で、警戒を強めていましたが、本校でも感染・濃厚接触・濃厚接触の疑いで欠席する児童が増えてきていました。

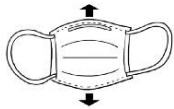
個人の基本的な感染予防対策は、変異株であっても、3密(密集・密接・密閉)や特にリスクの高い5つの場面(飲酒を伴う懇親会等・大人数や長時間におよぶ飲食・マスクなしでの会話・狭い空間での共同生活・居場所の切り替わり)の回避、マスクの適切な着用、手洗いが有効と言われています。

これまで以上にご家族での感染予防対策の徹底へのご協力をお願いいたします。

おさらいしよう!マスクの使い方

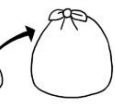
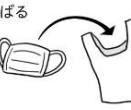
着け方 (一般的な不織布マスク)

- ① プリーツ (ひだ) を上下に伸ばし、広げる
- ② 顔にあて、鼻の部分の曲げて合わせ、顎の下まで伸ばす
- ③ 耳ひもをかけ、すき間ができないように全体を顔に合わせる



外し方・捨て方

- ① ひもを持って外す
- ② ビニール袋に入れて、口をしぼる
- ③ 袋ごとゴミ箱・ゴミ袋へ捨てる



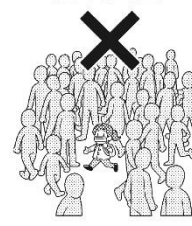
危険な3つの「密」を避けよう

新型コロナウイルスは、感染しても症状が出なかったり、出るのが遅れたりするため、気がつかないうちに感染したり、ほかの人に感染させたりしてしまいます。感染拡大を防ぐために、3つの「密」を避けて生活しましょう。

① 密閉空間



② 密集場所



③ 密接場面



わすれないで! だいじな「手あらいのタイミング」

外からきょうしつに入るとき



はなをかんだあと
せき・くしゃみをあえたと



きゅうしゅくのまえ / あと



そうじがおわったあと



トイレに行ったあと



みんなであつものを使わったあと



現在の変異株(デルタ株)は感染力が強く、ニュース等の報告では、感染者の増加に歯止めがかかっていない状況です。またワクチン接種が追い付いていない状況下で、保護者の方には日々不安なことと思います。

お子様の登校後に、「実は家族が発熱で PCR検査を受けることになりました。」と連絡が入るといったことがありました。家族の発熱等の場合も、お子様の登校前に必ず学校に連絡をいれてください。また、家族が発熱等体調不良のときは、登校を控えていただくようお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の予防について(お願い)



1 日常の健康状態の把握

- お子様の毎朝の検温、健康状態をご確認いただくようお願いします。
- 健康観察表に、体温や体調の記入をお願いします。
- 健康観察表は毎日、登校園時に持参させてください。
- ご家族についても、毎日、健康状態を把握し、健康観察表へもご記入をお願いします。

2 次の場合は、必ず学校へ連絡のうえ、家庭での休養をお願いします。いずれも出席停止として扱います。

○発熱(37.5 度前後)・咳などのかぜの症状がみられる場合

発熱(体温が平熱より 1 度程度より高い場合等)、咳・のどの痛み・鼻水・息苦しさ・だるさ・頭痛・腹痛・下痢などの症状がある、におい・味がしない等、平常と異なる体調の場合は、家庭で休養してください。

また、医療機関を受診した場合は、医師が指示する期間まで家庭で休養してください。なお、医療機関を受診しなかった場合は、症状が治っても、治った翌日・翌々日は家庭で休養してください。

○お子様の感染が判明または濃厚接触者と認定された場合

○お子様の同居家族が PCR 検査、抗原検査を受検することとなった場合

○同居家族に、次の新型コロナウイルス感染症を疑い、かかりつけ医療機関等に相談すべき症状が見られる場合

3 新型コロナウイルス感染症が疑われる場合の対応

○次のいずれかの症状がある方はかかりつけ医療機関(夜間・休日やかかりつけ医がいない場合は、新型コロナ受診相談センター)にご相談ください。また、学校園へもご連絡ください。

・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)、高熱等の強い症状のいずれかがある

・かぜの症状や発熱が続いている(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)。基礎疾患等のある方は、これらの症状がある場合

○かかりつけ医療機関等から受診を勧められた医療機関を受診してください。複数の医療機関を受診することはお控えください。

○医療機関を受診するときは、マスクを着用し、手洗いや咳エチケット(咳やくしゃみをするときは、マスクやティッシュを使って口や鼻をおさえる)の徹底をお願いします。

4 新型コロナウイルス感染症の予防

○日中を含め、不要不急の外出(特に20時以降)は控えましょう。

○帰宅後は、手や顔を洗い、できるだけすぐに着替えましょう。

○十分な睡眠・適度な運動・バランスの取れた食事を心がけましょう。

○普段の手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前、トイレ後、咳やくしゃみ、鼻をかんだ後などこまめに流水と石けんで手を洗ってください。

○咳などの症状のある方は、マスク等の咳エチケットを行い、他の家族との接触はできるだけ避けてください。

○家庭内でもできるだけ三密の回避と喫食時会話を控えるよう注意してください。

○部屋の換気を、1～2時間に一度、5～10分程度窓を大きく開け、室内の空気を入れ換えてください。

○各自が上記感染防御対策を取り、家庭内感染を防ぐように心がけてください。