

# 感染しない・させないために

2022.9.12 草津中学校 保健室

本日現在、新型コロナウイルス感染症と9名と判定、濃厚接触者が3名います。2年生は、本日から水曜日まで学年閉鎖となりました。新型コロナウイルス感染症に、いつ、誰がかかってもおかしくない状況です。学校でも引き続き感染拡大予防に努めていきますが、各家庭においても再度、ご確認・ご協力をお願いします。

## 予防について

### (1) 健康観察の徹底 ～お子様の体調の確認をお願いします～

- ・ 登校前には、必ず体温測定と記録(家庭での健康観察記録表の記入)をしてください。
- ・ 発熱だけでなく、のどの痛み・違和感、声のかすれ、鼻水、咳、頭痛等がある時、いつもと様子が違う時は、休ませてください。
- ・ 同居家族の体調不良時も、休ませてください。
- ・ 学校生活中、体調がおかしい場合は、発熱等がなくても早退してもらう場合があります。この場合、感染拡大防止のため、草津町の園・学校に通っている兄弟姉妹も早退していただく場合があります。

すぐに解熱したとしても検査をすると陽性になるケースが出ています。また、抗原検査で陰性であっても、PCR検査で陽性のことが多々ありますので、自己判断はしないでください。

### (2) 基本的な感染対策の徹底

- ・ マスクを正しく着用しましょう  
鼻からあごをしっかりと覆い、すき間を作らないようにしましょう。  
マスクの表面には触らないようにしましょう。  
マスクを外した後は、手洗いか手指消毒をしましょう。  
感染予防には、不織布マスクが望ましいです。
- ・ 石けんで30秒の手洗いをしましょう。手洗いができない時には、手指消毒をしましょう。
- ・ 家庭内でも 換気をしましょう。
- ・ 十分な睡眠、栄養バランスのとれた食事、適度な運動を心がけ、抵抗力を高めましょう。



### (3) 休日や下校後の生活にも注意

- ・ ご家庭でも、下校時に寄り道をしたり、休日に集まったりしないよう指導をしてください。
- ・ 不要不急の外出をしないようにしましょう。
- ・ 外出しなければいけない時には、必ずマスクを着用してください。
- ・ 行動歴を記録しておきましょう。

## 症状の特徴(オミクロン株)

現在流行しているオミクロン株の症状は、**風邪の症状とほぼ同じ**です。

現在かかっている人の主な症状は、**発熱、咽頭痛、咳、頭痛**などです。

感染してから症状が出る期間(潜伏期間)は、オミクロン株では1～3日と言われていますが、それより長い事例もあり、多くは感染してから7日以内に発症することが多いようです。

**発熱や症状がある場合は、医療機関への相談・受診をお願いします。**

一般的な風邪のような症状がであれば、まずは感染を疑い、「感染しているかもしれない」と自覚して行動をお願いいたします。

## 感染が疑われる場合は・・・

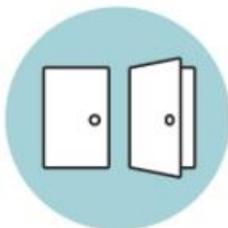
- (1) **お子さまの体調が悪い場合はもちろん、ご家族の体調が悪い場合も登校せずに、学校へ連絡をしてください。**
- (2) **医療機関に電話をし、症状を伝えて、指示を受けてください。**
- (3) 医療機関の指示や検査等の状況を学校までご連絡ください。**状況に応じて、行動歴等の確認をさせていただくことがあります。**

### (4) 家庭生活での注意点

- 換気の良い部屋で、できるだけ1人で過ごしてください。定期的に窓を開けて換気をしてください。
- 部屋を分けられないときは、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンを設置できるとよいでしょう。
- やむを得ず他の人と同じ部屋で寝るときは、頭の位置が互い違いになるようにしましょう。
- 咳やくしゃみが出ている間は、マスクをつけてください。
- お世話をする人は、健康な人ができるだけ1人に限定してください。高齢者、糖尿病などの持病がある方はお世話を避けてください。
- お世話をするときには、使い捨てマスクや手袋を着けてください。
- 疑いがある人と接した後は石けんで手を洗いましょう。
- タオルなどは共用しないようにしましょう。
- 共有スペース(トイレ、風呂等)は窓を開けて換気してください。
- 疑いがある人は、お風呂は最後に使用しましょう。

## 家族に感染が疑われる人がいる場合の注意点

1



部屋を分ける  
または2m以上離れる  
仕切やカーテンの設置

2



窓を開けて換気  
定期的に換気  
共用スペースや他の部屋も

3



マスクを着用  
隙間なくフィットさせ、  
外す時は表面に触れない

4



こまめに手洗い、  
手で触れる部分を消毒  
石けんで洗い、アルコール  
消毒、共用部分も消毒

5



汚れたりネン・洋服  
を洗濯  
手袋やマスクを着用して  
洗濯し、完全に乾かす

6



ゴミは密閉して  
捨てる  
鼻をかんだティッシュは  
ビニール袋へ

## 感染者等への差別や偏見について

感染症には誰もが感染する可能性があります。

このところの急激な感染拡大により、「自分や家族は大丈夫かな?」「感染したらどうしよう・・・」と、みなさん心配や不安になっていると思います。

その気持ちをおさめたいために、誰かのせいにしたり、誰かを責めたり、誰かに話したりしてしまいがちです。感染者をさぐったり、不確かな情報を流したりすることのないよう、また差別がおこらないように、保護者の方もご協力をお願いいたします。

