

感染しない・させないために (保護者用)

2022. 2. 17 (木) 草津中学校 保健室

現在、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。
- ・症状(のどの痛み・違和感、声のカスレ、鼻水、咳、頭痛、微熱等)がある時、いつもと様子が違う時は、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。緊急時に連絡が取れるようにしておいてください。
- ・同居家族の体調不良時も、休ませてください。

(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、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。

*感染の疑いまたは判明した際は、行動歴(発症5日程度前まで)の確認があります。

症状の特徴(オミクロン変異株)

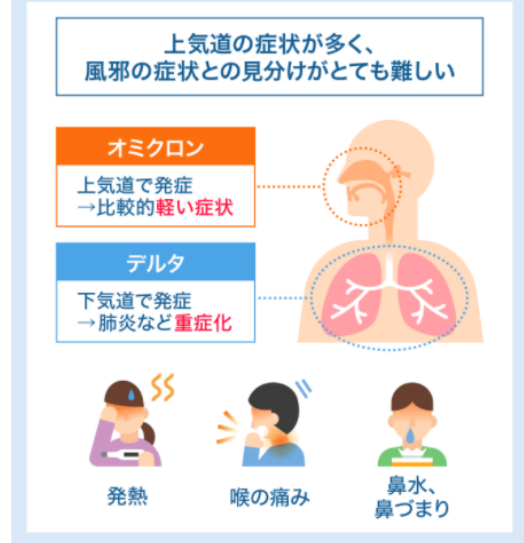
現在流行しているオミクロン株の症状は、風邪の症状とほぼ同じです。

発熱(37℃後半～38℃程度。発熱期間は1～2日。解熱剤等で下がり一度下がると上がらないという例が多い。熱が出ない場合もあり。)、咽頭痛、上気道症状(鼻水、鼻づまり、咳など)が主な症状です。

デルタ株のように、下気道症状(肺炎による息苦しさ、酸素低下など)は少ないといわれ、味覚・嗅覚異常のような特徴的なサインが少ないです。

現在、一般的な風邪のような症状ができれば、まずは感染を疑い行動しましょう。

オミクロン変異ウイルス 症状の特徴



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。

家庭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



**汚れたリネン・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、誰かのせいにして、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。

