

令和2年11月

保護者の皆様へ

札幌市保健所からのお知らせ

新型コロナウイルス・インフルエンザウイルス感染症を予防するために

この冬は、新型コロナウイルスの流行に加え、季節性インフルエンザの流行期を迎えるため、発熱者の大幅な増加が見込まれます。そのため、①まずは感染予防を徹底すること、②発熱して医療機関を受診するときは事前に電話をすることについて、御協力をお願いいたします。

1. インフルエンザの予防をしましょう。

例年、インフルエンザの流行は12月頃から始まり、1月末～3月上旬にはピークを迎えます。新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの症状が似ているため、同時流行による区別の難しさが心配されています。

■ 日頃の感染対策を

インフルエンザの予防においても、新型コロナウイルス感染症と同様に「手洗い」「身体的距離の確保」「マスクの着用」といった対策が有効です。また、適度な湿度の保持（50%～60%）や、十分な休養・栄養摂取、人混みへの外出を控えることも心がけましょう。

■ インフルエンザワクチンの接種も有効です。

インフルエンザによる発熱を防ぐためにも、ワクチンの接種をしましょう。

※インフルエンザ予防接種については、予約が必要な場合もあります。医療機関に事前に電話連絡でお問い合わせください。

2. 発熱があり医療機関を受診するときは、事前に電話をしましょう。(11月～)

■ 小児科など、身近なかかりつけの医療機関へ電話しましょう。

■ かかりつけの医療機関がない場合や分からない場合は、救急安心センターさっぽろ「#7119」（つながらないときは011-272-7119）へ電話しましょう。

お問い合わせ先：

【新型コロナウイルス感染症の一般相談について】

札幌市新型コロナウイルス一般相談窓口（毎日9：00～21：00）電話：011-632-4567

【体調不良のときの相談について】

救急安心センターさっぽろ（毎日：24時間）電話：#7119

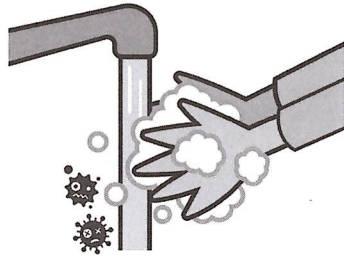
※つながらないときは011-272-7119へご連絡ください。

裏面には、お子様向けに、感染予防で特に大事な手洗いとマスク着用について記載しました。お子様が字を読めない場合は、お子様と一緒に読みいただきますよう、お願いいたします。

せいと えんじ みな
生徒・園児の皆さんへ

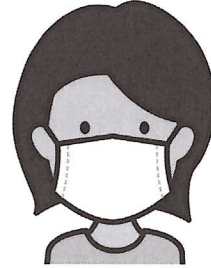
インフルエンザや、^{しん}新^てがたコロナウイルスにかからないためには、「手^てあらい」と「マスク」が^{たいせつ}大切^{たいせつ}です。どうして^{たいせつ}大切^{たいせつ}なのか、わかりますか？

■^て手^てあらい



^て手^てにはウイルスがついていることがあるので、それを^てあらいながします。

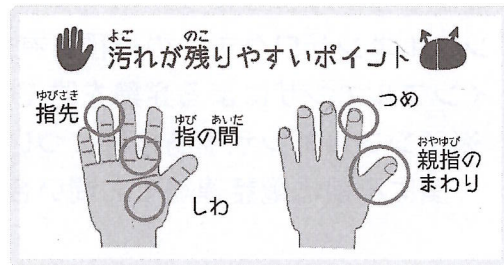
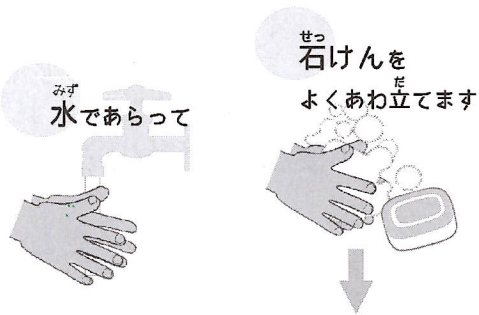
■マスク



くしゃみや、せきといっしょに、^てつば^てがとび出て、ウイルスをまきちらすのをふせぎます。



しろくま^{にんじゃ}忍者^ての手^てあらい^{にんぼう}忍法^{にんぼう}をやってみよう!



1 ツルツル	2 ガリガリ	3 ムギユムギユ	4 ネジネジ	5 グルグル
^て 手のひら・ ^て 手のこう のばすように	^{ゆびさき} 指先・ ^{ゆびあいだ} 指の間 しわの間も	^{ゆびあいだ} 指の間も しっかりと	^{おやゆび} 親指は ねじるように	^{てくび} 手首も わすれずに



←^{にんじゃ}しろくま忍者の^て手^てあらいソングのどうが

