

## <感染症予防号>

新型コロナウイルス肺炎の報道が新聞やテレビでされています。あわせて雪祭りなどで沢山の観光客の人が札幌に集まっています。乾燥し気温が低い日が続くと、インフルエンザが流行する条件も整ってきます。柏中はまだ学級閉鎖に到るまで流行していませんが、近隣の学校ではインフルエンザによる学級閉鎖などの措置を取っている学校もあります。一人一人が意識して予防していきましょう。



# 新型コロナウイルスも予防はインフルエンザウイルスと同じ

～厚生労働省報道資料抜粋（札幌市教育委員会文書による）新型コロナウイルス関連肺炎に関して～

「現時点では本感染症は、家族間などの限定的なヒトからヒトへの感染性が否定できない事例が報告されているものの、持続的なヒトからヒトへの感染の明らかな証拠はありません。風邪やインフルエンザが多い時期であることを踏まえて、咳エチケットや手洗い等、通常の感染対策を行うことが重要です。」

今までの、風邪やインフルエンザ予防対策と同じように各家庭でも予防対策の徹底をお願いいたします。なお、新聞やニュースの報道にもありますように状況が日々変化しています。学校での対応などに変更があれば、その都度お知らせをいたします。

### こまめに丁寧な手洗い

感染症予防の基本です。外から家に入ったとき、トイレの後、食事の前など意識して行いましょう。

石けんを使い、ハンカチで拭くことも大事です。



### 咳エチケット

咳やくしゃみなどの風邪症状がある人は、マスクをしましょう。日頃からハンカチ・ティッシュと一緒に常備しておくといいですね。不意に出る咳やくしゃみにはティッシュや袖で口や鼻を覆う方法もあります。



### 適度な湿度をキープ

乾燥した空気はウイルスが増殖しやすく、のどや鼻の粘膜の免疫力を低下させてしまいます。うがいをする、タオルなどで教室や部屋を加湿するなど湿度50～60%を保つようにしましょう。



## <インフルエンザ等流行期の確認事項>

☆インフルエンザに感染すると短時間で発熱などの症状がでます。

朝、登校する前に、『食欲がない』、『なんとなくだるい』『身体の節々が痛い』などいつもと違う様子があれば、**必ず検温してから登校**してください。保護者の方にも必ず、体調が良くないことを伝えておくといいでしょう。



☆学校で体調が急変することも多いので、**保護者の方が日中どこにいるのか、職場はどこか、連絡先は誰にすればいいのか、確認**しておきましょう。連絡がとれないと早退に時間がかかり、症状が悪化します。

☆体調不良で欠席する場合は、**主な症状(のどの痛み、咳、鼻水)や発熱の有無**などもお知らせください。受診した結果も速やかにご連絡をお願いします。学校での流行状況により、必要な措置(学級閉鎖など)が必要な場合があります。また、インフルエンザの場合は『**出席停止**』扱いとなり、欠席にはなりません。

# ソメに正しい手の洗い方



手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

**ソメに手洗い、ソメにマスクでインフルエンザ予防！**



厚生労働省

さらに詳しい情報は…インフル 厚生省 検索

## 咳エチケット違反してませんか？

咳やくしゃみを手でおさえる



咳やくしゃみを手でおさえると、その手にウイルスが付着します。ドアノブなどを介して他の人に病気をうつす可能性があります。

何もしずに咳やくしゃみをする



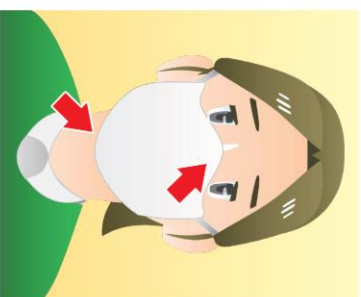
咳やくしゃみをするとき、しぶきが2mほど飛びます。しぶきには病原体が含まれている可能性があります。他の人に病気をうつす可能性があります。

**他人への感染を防ぐため、咳エチケットを行いましょう。**

### 3つの咳エチケット

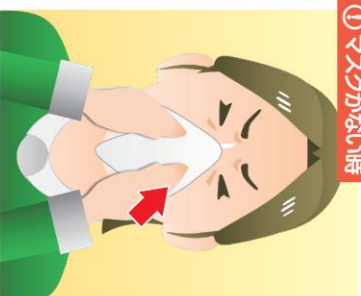
電車や職場、学校など人が集まるところでやるう

①マスクがない時



①マスクを着用する  
(口・鼻を覆う)

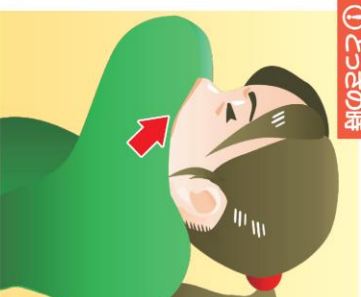
①とっさの時



②ティッシュ/ハンカチで  
口・鼻を覆う

ティッシュ/使ったらすぐゴミ箱に捨てましょう。ハンカチ/使ったらなるべく早く洗いましょう。

③袖で口・鼻を覆う



マスクやティッシュ、ハンカチが使えない時は、袖や上着の内側で口・鼻を覆いましょう。

**ごまめに手を洗うことでも病原体が拡がらないようにすることができます。**

咳エチケット解説

厚生労働省 咳エチケット



ホームページの検索欄に「咳エチケット」を入力して検索してください。



厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare  
〒100-8385 東京都千代田区千代田1-1-1 新庁舎5階