

登校日・学校再開に向けて

(厚けんだより増刊号)

県立姫路飾西高等学校 保健室

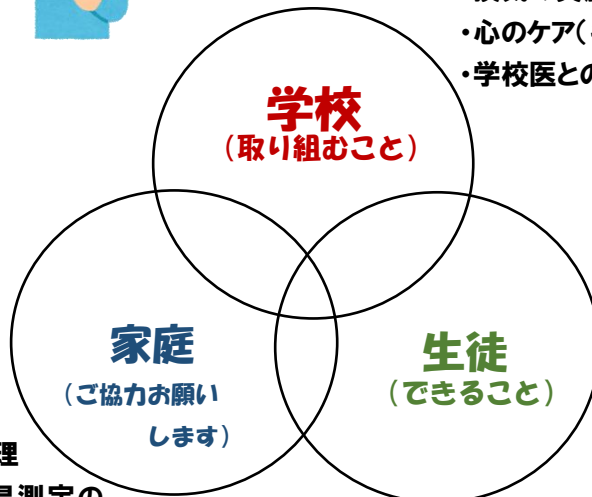
令和2年5月

5月20日(水)より、各学年の登校日が設定されることになりました。久々に生徒の皆さんの顔を見られることをとても嬉しく思っています。生活リズムは乱れていませんか？登校日の前日は朝早く起きて活動し、そして夜はしっかりと睡眠をとり、元気に登校してください。

感染者数は減少傾向にありますが、まだまだ油断は出来ません。引き続き、感染予防を徹底するとともに、安心して学校生活を送れるように、それぞれが出来ることを確実にしていきましょう。ご協力、よろしくお願いします。



- ・生徒の心身の健康管理・健康観察
- ・アルコール消毒液の設置（各教室・普通棟各トイレ前・グラウンド手洗い場等）
- ・ドアの取っ手等、各所の消毒
- ・換気の実施
- ・心のケア(キャンパスカウンセリング、健康相談等)
- ・学校医との連携、家庭との連携



- ・子どもの心身の健康管理
- ・毎朝の健康観察、体温測定の指示・確認
- ・保護者自身の心身の健康管理
- ・学校との連携



- ・自己の心身の健康管理、免疫力を低下させない生活(毎朝の体温測定、食事・睡眠・運動、ストレスを溜めない)
- ・マスクの着用、咳エチケット
- ・石鹸による丁寧な手洗いの実施（清潔なハンカチを持参すること）
- ・換気の実施
- ・登下校時や自宅待機中の適切な行動
- ・他者への思いやり

- ◇ 登校の際は自宅で必ず体温測定を行ってください。発熱や風邪症状がある人は、自宅休養し、外出を控えましょう。
- ◇ 学校にいる間に体調が悪くなった人は、早めに申し出てください。登校後に発熱・風邪症状等を発症した場合は、保護者の方に連絡いたします。公共交通機関の利用を避けるため、なるべく迎えに来ていただきますよう、よろしくお願いいたします。
- ◇ マスクが入手しにくい状況ですが、登校の際は原則着用をお願いします。一般的な不織布マスクは学校にも予備がありますが、在庫に限りがありますので、自身で用意できない人は布マスク等で対応をお願いします（文部科学省から学校あてに布マスクが支給されていますので、登校日に各生徒に配布します）。

連日、新型コロナウイルス感染症に関連するニュース等が溢れています。噂や偏見に惑わされず、必要以上に怖がらず、かと言って油断することもなく、正しい知識と情報に従って行動しましょう。

※ 厚生労働省が出している「新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安」を下記に載せていますので参考にしてください。新たに見直され、従来の「37.5度以上の発熱が4日以上続く」が削除されています。



新型コロナウイルス感染症についての相談・受診の目安

1. 相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- 発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- 発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
- 基礎疾患（持病）をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずは、かかりつけ医等に電話で御相談ください。

2. 帰国者・接触者相談センター等に御相談いただく目安

- 少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐに御相談ください。（これらに該当しない場合の相談も可能です。）

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

☆ 重症化しやすい方（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合

（※）高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD 等）等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

☆ 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

（症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。）

- 相談は、帰国者・接触者相談センター（地域により名称が異なることがあります。）の他、地域によっては、医師会や診療所等で相談を受け付けている場合もあるので、ご活用ください。

（妊婦の方へ）

妊婦の方については、念のため、重症化しやすい方と同様に、早めに帰国者・接触者相談センター等に御相談ください。

（お子様をお持ちの方へ）

小児については、小児科医による診察が望ましく、帰国者・接触者相談センターやかかりつけ小児医療機関に電話などで御相談ください。

※なお、この目安は、国民のみなさまが、相談・受診する目安です。これまで通り、検査については医師が個別に判断します。

3. 医療機関にかかる時のお願い

- 複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、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際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット（咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる）の徹底をお願いします。

