

令和2年2月21日

保護者各位

苫小牧中央高等学校長

山口 祐 正

### 新型コロナウイルス感染症の予防について

向春の候、保護者の皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

平素より本校の教育活動にご理解、ご協力いただき厚くお礼申し上げます。

報道等でもご存知の通り、新型コロナウイルス感染症が発生いたしており、北海道内においても発生している状況です。

本校では、新型コロナウイルス感染症に限らず流行性の感染症については、普段より「手洗い・うがいの励行、食事・睡眠の規則正しい生活、マスク着用、人ごみに近づかない」等予防教育に努めているところです。

新型コロナウイルス感染症に対しましては、まずは、感染予防が重要であり生徒に配布しました「感染症対策へのご協力をお願いします」を参考に予防の対策を継続されるようお願い致します。

学校でも予防を強化してまいりますが、ご家庭においても十分に注意し、以下の点をふまえて予防に努めていただきますよう重ね重ねお願い申し上げます。

### 記

- 1 うがい、手洗い、咳エチケットを徹底させる。
- 2 十分な睡眠、バランスのとれた食事、適度な運動で体の免疫力を高める。
- 3 感染が予想される場所に行かない。人ごみに近づかない。
- 4 家庭での検温で37.5℃を超える発熱があれば登校させない。  
(必ず保護者が連絡してください。)
- 5 次のような症状に該当する場合（感染が疑われるとき）は、保健所等の相談窓口（帰国者・接触者相談センター）に相談して下さい。
  - ・風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く場合（解熱剤を飲み続けなければならない場合も同様）
  - ・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合

#### 【帰国者・接触者相談センター】

○苫小牧保健所（Tel 0144-34-4168）

開設時間：平日8:45～17:30

○北海道保健福祉健康安全局地域保健課（Tel 011-204-5020）

開設時間：平日17:30～21:00、土日祝9:00～21:00



# 感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

## ①手洗い

## 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

1



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。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



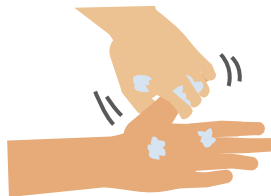
指先・爪の間を念入りにこすります。

4



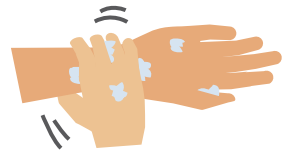
指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、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。

## ②咳エチケット

## 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ろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

## 正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索

