

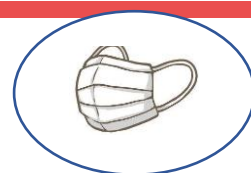
～ あなた自身とあなたの大切な周囲の人の命を守るために 今 できること ～

## 基本的な感染症防止対策を徹底・継続しましょう。



### ●手洗いや咳エチケットを忘れずに

感染を防ぐには、まずは基本的な感染症予防対策の徹底が不可欠です！！  
流水や石けんを使い、ていねいな手洗いや正しいマスクの着用を。



### ●生活リズムを大切に

食事を欠かさず、しっかりと睡眠をとり、家の中でこまめに体を動かし、学習に取り組むなど、生活にメリハリをつけ、自分の免疫力を高めておきましょう。

☆ 毎朝の体温測定や健康チェックを行い、**健康観察シート**に記載しましょう。＜登校日に持参してください＞

### ●3つの密を避けましょう

① 密閉空間 ② 密集場所 ③ 密接場面 を自ら避ける行動をお願いします。



### ●人との接触機会を減らし、間隔をとるなど社会的距離をとりましょう

人の多い所への外出は避け、会話する際にも相手との距離を広くとりなど、社会的距離（ソーシャルディスタンス）をとりましょう。家族以外の多人数での会食は避けましょう。

## 発熱やかぜの症状があったら

● 症状がある方は外出せず、他の方との接触を避け、近くの保健所（有症相談窓口）やかかりつけ医に**まずは、電話してから**その指導に従ってください。

感染が疑われたり、濃厚接触者と言われたら学校に報告をお願いします。

トピックス

\* 10代、20代の感染者の報告も増えています！  
感染しない、感染させないために自ら行動しましょう。\*

- 一般的な状況における感染経路の中心は飛沫（ひまつ）感染及び接触（せつしょく）感染ですが、閉鎖された空間において近距離で多くの人と会話する等の一定の環境下であれば、咳やくしゃみ等の症状がなくても感染を拡大させるリスクがある。また、症状が無い人からの感染の可能性も指摘されている。一方、人と人との距離をとること（社会的距離）により、大幅に感染リスクが下がるとされている。
- 最近になって繁華街の接待を伴う飲食店等におけるクラスターでの感染拡大が多く見られた。
- 新型コロナウイルスに感染すると、発熱や呼吸症状が1週間前後持続することが多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える人が多いことが報告されている。
- 重症度としては、季節性のインフルエンザと比べて死亡リスクが高いことが報告されている。

『新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針令和2年3月28日

（令和2年4月16日変更）新型コロナウイルス感染症対策本部決定』より抜粋