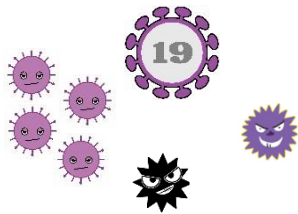


## 新型コロナウイルスから 自分・家族・みんなを守るために

新型コロナウイルスが流行して、生活にも大きな影響が出ています。休校の間どうお過ごしでしょうか。新型コロナウイルスから、自分を、家族を、またみんなを守るために出来ることがあります。コロナウイルスについて知り、ご家庭でもできる限りの対策をお願いします。

### コロナウイルスとは？



人に感染するコロナウイルス  
(イメージ)

これまでに、人に感染する「コロナウイルス」は 7 種類見つかっており、その中の一つが、新たに昨年 1 2 月感染が確認され、現在猛威を振るっている「新型コロナウイルス」です。その他、4 種類のウイルスは、一般の風邪の原因の 10～15% を占め、多くは軽傷です。残りの 2 種類のウイルスは、2002 年に発生した「重症呼吸器症候群 (SARS)」や 2012 年以降発生している「中東呼吸器症候群 (MERS)」です。

コロナウイルスはあらゆる動物に感染しますが、種類の違う動物に感染することは稀です。また、アルコール消毒 (70%) などで感染力を失うことが知られています。

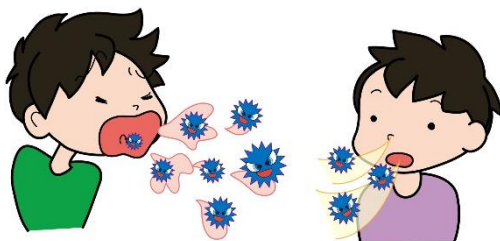
→ 詳しくは、国立感染症研究所「コロナウイルスとは」をご覧ください。

### どうやって感染するの？

現時点では、**飛沫感染** (ひまつかんせん) と **接触感染** (せっしょくかんせん) の 2 つが考えられます。

#### 飛沫感染 (ひまつかんせん)

感染者の「くしゃみ」「せき」「つば」等と一緒にウイルスが放出され、それを口や鼻から吸い込んで感染します。



※感染を注意すべき場面：屋内等でお互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間過ごすとき

#### 接触感染 (せっしょくかんせん)

感染者がくしゃみや咳を手でおさえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスが付きます。その部分をさわると、ウイルスが未感染者の手につき、感染者に直接接触しなくても感染します。



※感染場所の例ドアノブ・手すり・スイッチ等

## 感染しない・させないようにするために

### 「規則正しい生活リズム」を守る

生活リズムを整えて、病気になりにくい身体をつくりましょう。生活リズム表(別紙)をご家庭で活用してください。



### こまめに手をあらう

食事前、トイレの後、外から帰った後等こまめに手を洗おう！



### 不要不急の外出をしない

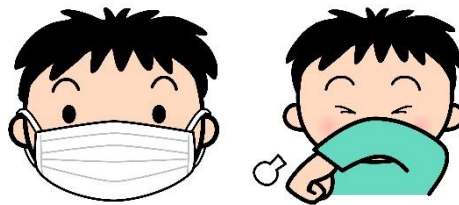
感染が拡大している現在は、外出を控える事が予防につながります。



3密(密閉・密集・密着)は危険！！

### 「せきエチケット」を守るべし

マスクの着用。マスクをしていない時のくしゃみ、せきの時はハンカチやティッシュ等で口をおおう。なければ、肘のうらがわで、おさえる。



詳しくは、[厚生労働省のホームページ](#)をご覧ください

## その他に大切なこと

感染者・濃厚接触者・医療従事者・家族等への差別や偏見、真実でないデマも見られるようになりました。新型コロナウイルスの予防がとても大切な時期です。同様に、適切な予防対策をし、差別・偏見を持たない事。正しい情報を見極める事も大切です。ご家庭でもお子さんと一緒に考える機会を持つようお願いいたします。

→参考になるホームページ 「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！」 日本赤十字社  
「だろうじゃなくて、かもしれない」 きいれ浜田クリニック



### 学校が再開した場合の協力をお願いします。

○学校が再開された後も引き続き十分な予防対策を続けるようお願いいたします。

○朝夕の健康観察・検温・記録をし「健康チェック表(別紙)」を毎日提出していただく事になりますので、ご協力をお願いします。(文部科学省：新型コロナウイルス感染症に対応した学校再開ガイドラインより)  
また、4月分の健康チェック表も準備してありますので、ご家庭の健康管理に役立ててください。

○体調が思わしくない場合は登校させず、休ませて体調の回復に努めてください。学校で体調が悪くなった場合は、学校での経過観察はせず、「早退」となります。ご了承ください。

\*日々状況が変化するため、対応方針も更新しますので、ご了承ください。