

ほけんだより

臨時号

～ 保護者の皆様へ ～

令和2年3月3日
西小林中学校 保健室

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を予防するために、3月2日（月）から臨時休業となりました。休みの間は、次のことに気をつけてください。

外出はひかえましょう。

子どもが友だちの家に行ったり、人ごみに出たりしないようにする。

予防を継続しましょう。

- ① 石けんで手を洗わせる。（タオルの共用はさせない。）
- ② うがい、手指消毒をさせる。
- ③ 咳エチケットを守らせる。（外出時はマスクを着用させる。）
- ④ 部屋の換気をする。（1～2時間毎に、5分～10分の窓開け）

規則正しい生活をさせましょう。

- ① 「早寝 早起き 朝ごはん」を守る。
- ② 子どもが夜遅くまでテレビを見たり、ゲームをしたりすることのないようにする。

健康観察をしましょう。

毎日2回の体温測定を行い、健康観察カードに記入する。熱、乾いた咳、頭痛、倦怠感（体のだるさ）等に気をつける。

- インフルエンザや通常のかぜ等の症状がみられる場合は、かかりつけ医に電話相談の上受診する。

〈新型コロナウイルス感染症が疑われる場合の受診行動について〉

かぜ症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いたり、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）等の症状がみられたら下記の措置をとる。

- ① 小林保健所に連絡をする。（0984-23-3118）
24時間専用ダイヤル（0985-44-2603）
- ② 他者への感染のおそれがあるので、保健所の指示があるまで直接医療機関に行かないようにする。
- ③ 家庭に感染者が出た場合は、学校に連絡する。

※ 新型コロナウイルス感染症情報は、宮崎県のホームページに掲載されています。
更新される情報をこまめに確認しましょう。