

ほけんだより 臨時号

令和2年 3月2日
都城工業高校 保健室

現在、国内外で新型コロナウイルスの感染拡大が問題となっています。現段階では県内での発生報告はありませんが、国内での感染拡大防止のため、みなさん一人一人の対策の徹底が求められています。

3月2日～3月15日の臨時休業は、感染拡大防止のための臨時措置ですので、この期間、不要不急の外出は避ける・手洗い・咳エチケットなど、自分でできる感染防止策をとりながら、過ごしてください。

● 新型コロナウイルス感染症の特徴

発熱 のどの痛み 1週間前後続く咳 強いだるさ（倦怠感）

● 次の症状がある方は、相談センターにご相談ください。

（※高齢者や基礎疾患がある方は、下記の状態が2日程度続く場合）

- 1 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
（解熱剤を飲み続けている場合も含む）
- 2 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある

● 帰国者・接触者相談センター（県内保健所）一覧

保健所	管轄市町村	電話番号
宮崎市保健所 （健康支援課）	宮崎市	(0985) 29-5286
中央保健所	国富町・綾町	(0985) 28-2111
日南保健所	日南市・串間市	(0987) 23-3141
都城保健所	都城市・三股町	(0986) 23-4504
小林保健所	小林市・えびの市・高原町	(0984) 23-3118
高鍋保健所	西都市・高鍋町・新富町・西米良町・木城町 川南町・都農町	(0983) 22-1330
日向保健所	日向市・門川町・諸塚村・椎葉村・美郷町	(0982) 52-5101
延岡保健所	延岡市	(0982) 33-5373
高千穂保健所	高千穂町・日之影町・五ヶ瀬町	(0982) 72-2168

● 厚労省相談窓口

0120-565-653
(9:00~21:00)

● 県健康増進課 感染症対策室

0985-44-2620

● 日常生活で気を付けること

- 1 手洗いを徹底する（石けんやアルコール手指消毒液を使用する）
- 2 咳エチケット

（正しくマスクを着用する・とっさの時は、袖や上着の内側で覆う・ティッシュなどで鼻と口を覆う
周囲の人からなるべく離れる など）

※咳やくしゃみを手で押さえた場合、手を介して他の人に感染を広げる可能性があります。

3 毎朝、体温を測定する

※朝起きてからすぐに体温を測り、37.5℃以上ある場合は、担任の先生へ連絡をしてください。