



令和2年12月2日
鹿嶋市立高松小学校
保健室
NO.7

いよいよ12月、今年も早いもので、残りわずかとなりました。12月に入ると、寒さも厳しくなってきます。

これからの季節は、感染性胃腸炎やインフルエンザなどの感染症が心配です。また、新型コロナウイルス感染症対策指針もステージ3に引き上げられ予断を許さない状況です。一人ひとりが「うつらない・うつさない」ための意識をもって、引き続き手洗い、咳エチケットに加え、「3密」を避けることを心がけましょう。また、朝の体調に気をつけ、体調がすぐれない場合には、無理に登校せず、早めに病院を受診して十分な休養をとりましょう。



コロナ? インフルエンザ? カゼ?
症状はどう違う?

よく似た症状が多く、自分では判断できないことがほとんどです。「体調が悪いな」と思ったら、早めに休みましょう。

病名と症状	せき	熱	倦怠感	頭痛	下痢	のどの痛み
新型コロナウイルス	☹️	平熱 ~高熱	☹️	☹️	😊	☹️
インフルエンザ	☹️	高熱	☹️	☹️	☹️	☹️
カゼ	☹️	平熱 ~微熱	☹️	😊	😊	☹️

☹️ … 高頻度 ☹️ … よくある 😊 … ときどき 😊 … まれに ※無症状の場合を除く

11月に視力検査を行い、結果を配付しました!

1学期に視力低下が見られた児童(2~6年)で、まだ眼科を受診していない児童を対象に視力検査を行いました。(1年生は、9月に視覚検診実施)

結果を配付しましたので、視力がB以下の場合は、一度眼科を受診してください。



~おうちの方へ~

**ご家族に新型コロナウイルス感染症が疑われる場合
家庭内で注意いただきたいこと 8つのポイント**



- ★本人は極力部屋から出ないようにしましょう。共用スペースの利用は最小限にしましょう。
- ★感染者のお世話はできるだけ限られた方で行うようにしましょう。持病のある方や妊婦の方などが、お世話するのは避けましょう。
- ★マスクをつけましょう。使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。マスクの表面には、触れないようにしましょう。
- ★こまめに石けんで手を洗いましょう。洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしましょう。
- ★定期的に換気してください。共有スペースや他の部屋も窓を開けて換気しましょう。
- ★手で触れる共有部分を消毒しましょう。
ドアの取っ手、ノブなどを薄めた市販の家庭用塩素漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。トイレや洗面所は、通常の家用品用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
洗浄前のものを共用しないようにしてください。トイレ、洗面所、キッチンなどで、タオルは共用しないようにしましょう。
- ★汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう。
体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。糞便からウイルスが検出されることがあります。
- ★ゴミは密閉して捨てましょう。
鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。その後は、直ちに石けんで手を洗いましょう。

- ◎ご本人は外出を避けてください。
- ◎ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状がある時は、できるだけ人との接触を避けましょう。

出典 厚生労働省「家庭内でご注意いただきたい~8つのポイント~」

