

## 感染症対策の徹底 ---- Stay HOME !

免疫力を高めるため、

### 十分な睡眠, 適度な運動やバランスのとれた食事 !

適切で基本的な生活習慣を確立・維持するよう心がけてください。

手洗いや咳エチケットなど、基本的な感染症対策を徹底してください。

- 帰宅時や調理の前後, 食事の前などにこまめに石鹸やアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
- 咳などの症状がある場合は, 咳やくしゃみを手で押さえると, その手で触ったものにもウイルスが付着し, ドアノブ等を介して他の方に病気をうつす可能性があります。マスクを着用する等, 咳エチケットを行ってください。
- 公共交通機関や人混みの多い場所を避けるなど, より一層注意してください。

### 風邪の症状が出た場合の対応

- ・ 発熱やせきなどの風邪の症状はないかなど、健康観察を絶えず行ってください。
- ・ **発熱等の風邪症状がみられる場合は、無理をせず、学校に連絡のうえ、外出を控え休養してください。**この場合は、**医療機関での受診**をお勧めします。
- ※ 「健康観察の記録」への記録をお願いします。再登校の際に、この記録用紙を学級担任に提出してください。
- ※ この記録用紙は、**本校ホームページにも PDF ファイルで掲載**しています。印刷してご利用ください。ご家族も活用してください！

### 新型コロナウイルスに感染の心配がある場合の対応

- 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
  - 強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある
  - ※ 基礎疾患等がある場合は、上の状態が2日程度続く場合
- 上記の症状がある場合は、学校[075-361-4231]への連絡と共に、次にご相談ください。
- 厚生労働省 0120-565653 フリーダイヤル 平日・土・日・祝 9:00-21:00  
京都府帰国者・接触者相談センター 075-414-4726 平日・土・日・祝 24時間対応  
滋賀県健康医療福祉部感染症対策課 080-2470-8042 平日・土・日・祝 24時間対応  
大阪府民向け相談窓口 06-6944-8197 9:00-18:00 土・日・祝も対応  
兵庫県コールセンター 078-362-9980 24時間受付  
奈良県帰国者・接触者相談センター 0742-27-1132 平日8:30-21:00 土日祝10:00-16:00
- 上記以外に居住の方は、最寄りの帰国者・接触者相談センター・保健所を予め調べて置いてください。

----- 学校再開に向けて、ご縁あるすべての人の命を守る行動を! -----