



保健便り

令和3年4月29日
島根県立隠岐水産高校
保健室

4月もあっという間に終わり、5月に入ります。本校は9連休となりますが、全国的にも新型コロナウイルス感染症拡大が収まることはありません。緊急事態宣言が出された地域もあり、また島根県内も感染者が増加傾向にあります。1人ひとりができることを実行していくしかないのかなという想いです。学校でも各自の健康管理・校舎内の消毒・マスクの着用・手洗い（手指消毒）等についてしっかりと取り組んでいきたいと思っております。連休中を含めて、**ご家庭でも感染症防止対策にご協力をお願いいたします。**

また、次の事項についても再度ご確認くださいませよう願いたします。

生徒の皆さんは、

4月14日に実施した感染症予防講座を思い出してみましょう！！

新型コロナウイルスってどんな病気??

- ・感染してから発症までの潜伏期間は約4～5日の人が多く、最大でも14日
- ・人にうつすおそれのある期間は、発症2日前から発症後10日目まで
→つまり！！発症前から他人にうつし始めることになり、感染予防が難しい原因の一つ

新型コロナウイルス感染症の予防

飛沫感染と接触感染が感染経路です！

予防策①マスク

マスクは飛沫を吸い込まないため（自分を守る）と

まき散らさないため（他人を守る）の2つの目的がある

予防策②手洗い

接触感染を防ぐ！コロナだけでなくすべての感染症予防の基本！！



とにかく手で色々なところを触っています。石けんを使って丁寧に洗おう！

予防策③ソーシャルディスタンス

飛沫が飛ぶのは約2m。他人と距離をとることは

感染リスクを下げる！

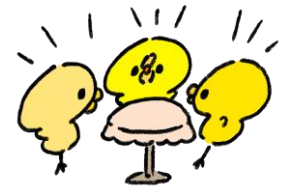


マスクを外す場面は要注意

- ・家族との食事 ・飲み会 ・お風呂 等々

狭くて換気の悪いところも要注意

- ・休憩室 ・更衣室（部室等） ・トイレ 等々



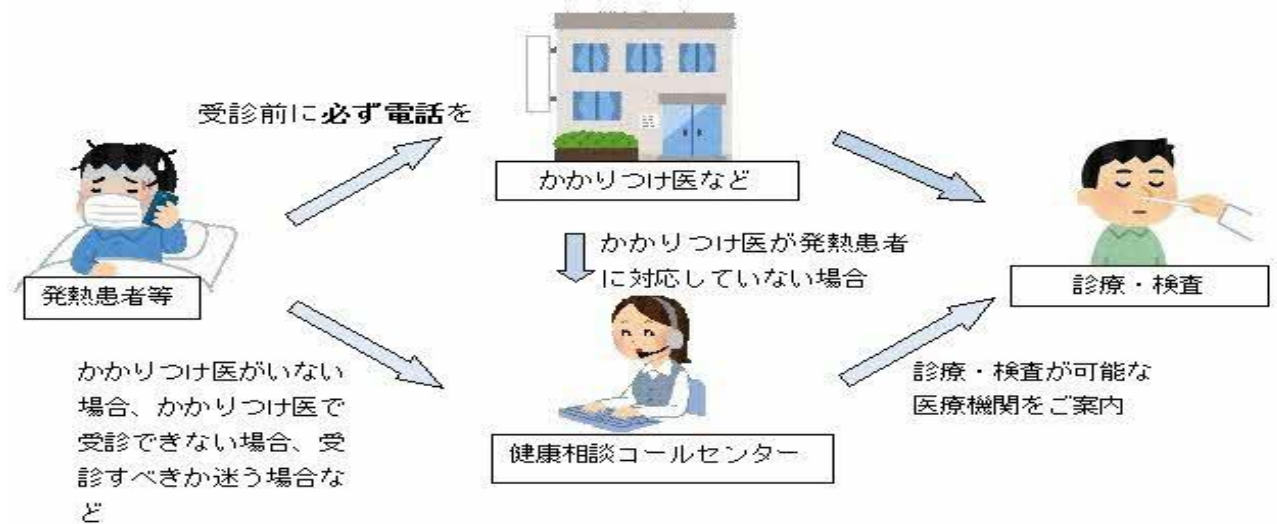
〇日頃の体調管理も忘れずに！！

通学生は日々継続して実施している**検温実施と健康観察シートへの記録**を忘れないでください。帰省する寮生も同様です。連休明けに学校にて確認をします。帰省する寮生については、寮に帰ってきたときに確認をします。**保護者の方の確認と捺印も必要**です。健康観察シート不備の生徒は、保護者確認または、登校を見合わせていただくこともあります。



〇体調が悪くなったら・・・

連休中に体調が悪くなった時は、かかりつけ医に電話で相談してください。かかりつけ医がない場合は健康相談コールセンターに連絡をしてください。**受診の結果、PCR検査や抗原検査を受けた場合（受ける場合）は学校にご連絡ください。**※県教育委員会に報告することになっておりますので、その際に症状や行動歴等も伺うこともあります。ご了承ください。



島根県HPより参考

体調が悪いときは、学校を休んで様子を見てください。体調回復後は経過観察として2日は休んでいただきますようお願いいたします。（寮生も同様の対応です）医療機関にかかれた場合は、医師の指示に従い指示された内容について学校にも連絡いただくと喜びます。**登校判断に困られた際は、学校にご相談ください。**職員も体調管理に十分注意し、体調不良時には医療機関の受診や休養するように徹底しております。

