

# ほけんだより

令和2年4月13日  
十二月田中学校ホームページ  
コロナウイルス対策特別号

## 基本的な対策のおさらい😊

### ①正しい手洗い

#### 正しい手の洗い方

手洗いの  
前に

・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのぼすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 手首も忘れずに洗います。

### ②毎日の健康管理

しっかり睡眠・バランスのよい食事で免疫力を高める！



### ③3つの咳エチケット

1.マスクを着用する。



マスクをつけるときは取扱説明書をよく読み、正しくつけましょう。鼻からあごまでを覆い、隙間がないようにつけましょう。

2.ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う。



口と鼻を覆ったティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。

3.上着の内側や袖(そで)で覆う。



④3つの密を避けましょう

①換気の悪い  
密閉空間



②多数が集まる  
密集場所



③間近で会話や  
発声をする  
密接場面



出典：首相官邸 HP より

!?感染が疑われたら、感染したら...

次のいずれかの症状があれば、保健所に相談しましょう。

(1)風邪の症状や 37.5 度以上の発熱が4日以上続いている

(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)

(2)強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

## 新型コロナウイルス相談窓口

月～土 昼間(午前8時30分～午後5時15分)

川口市保健所 048-423-6832

県の相談窓口(24時間)

県民サポートセンター 0570-783-770

厚生労働省の相談窓口(午前9時～午後9時)

フリーダイヤル 0120-565653

## 感染したひとへの配慮

4月12日現在、日本国内では、4,302人、東京都では、2,068人、埼玉県では412人の方が感染しています。そして、私たちの住む川口市でも46人の方が感染したとの報道があり、感染が日々拡大している状況下にあります。

今後、本校から感染者がでることも予想されます。  
自分や家族が、感染する可能性も考えておく必要があるかもしれません。

いつ、だれが感染したかを定めることは難しい現状を踏まえ、感染した家庭や生徒等に対して、偏見が生じないように、人権に配慮した対応が必要です。



- 感染した家庭や生徒を特定する必要はありません。
- 感染した家庭や生徒がわかって、他言は無用です。胸にしまっておきましょう。

注意して生活をしていても、感染している可能性もあります。また、身近にせまっているという意識を常に持ち、感染予防に努めましょう。

