

ほけんだより

令和2年2月26日
丹波篠山市立城東小学校
No.10 保健室発行

「新型コロナウイルス感染症」について、日々、感染状況などの情報がニュースや新聞などで報道されています。今後、どうなるのだろうかと心配なところもあると思いますが、まずは一人一人が石けんでの手洗いやマスクの着用と咳エチケットを心がけ、予防していきましょう。以下に厚生労働省のホームページから発表されている2月25日時点の情報を記載しましたので、ご参考にしてください。

国民の皆さまへのメッセージ **NEW**

新型コロナウイルス感染症の現時点で把握している特徴【2月25日時点】

<感染の仕方>

一般的には飛沫感染、接触感染で感染します。空気感染は起きていないと考えられています。閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどがなくても感染を拡大させるリスクがあります。

飛沫感染：感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。

接触感染：感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

<感染力>

感染力は事例によって様々です。一部に、特定の方から多くの人に感染したと疑われる事例がある一方で、多くの事例では感染者は周囲の人にほとんど感染させていません。

<一般的な症状と重症化するリスク>

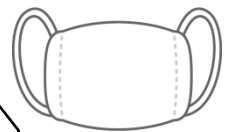
発熱や呼吸器症状が1週間前後つづくことが多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多くなっています。季節性インフルエンザよりも入院期間が長くなる事例が報告されています。

罹患しても軽症であったり、治癒する例も多いとされています。一方、重症度は、致死率がきわめて高い感染症（エボラ出血熱等）ほどではないものの、季節性インフルエンザと比べて高いリスクがあります。特に、高齢者や基礎疾患をお持ちの方では重症化するリスクが高まります。

【厚生労働省ホームページより一部抜粋】

学校では、給食前に石けんでの手洗いを徹底し、手指のアルコール消毒をするなどの対応をしています。
アルコールに弱い人や手荒れなどがあり使用できない場合は、担任までご連絡ください。

「どこのお店に行ってもマスクがない！どうすればいい!？」という方（私もその一人なんですが…）。手作りマスクに挑戦してみませんか。
インターネットで調べてみると、平面マスクやブリーツ型、立体型とさまざまな作り方が出ていました。ちょっとおしゃれでかっこいい自分だけのマスクもいいかもしれませんよ。



新型コロナウイルスQ&A

令和2年2月22日時点版

現時点での対応等となっています。

心配な時には

Q1 風邪のような症状があり心配です。どうしたらいいですか？

A 発熱などの風邪の症状があるときは、学校や会社を休むなど、外出を控えてください。毎日体温を測定して記録しましょう。

Q3 最寄りの保健所等(帰国者・接触者相談センター)に相談するとどうなりますか？

A 電話での相談を踏まえて、感染の疑いがある場合には、必要に応じて、新型コロナウイルス感染症患者の診察ができる「帰国者・接触者外来」を確実に受診できるよう調整します。

予防について

Q4 新型コロナウイルスにはどうやって感染しますか？

A 現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

- ① 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」
- ② ウイルスに触れた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

医療機関を受診するとき

Q6 医療機関を受診するときに気を付けることはありますか？

A 複数の医療機関を受診せず、「帰国者・接触者相談センター」等から紹介された医療機関(「帰国者・接触者外来」など)を受診してください。受診するときは、マスクを着用し、手洗いや咳エチケットを徹底してください。

Q2 感染したかも?と思ったらどうしたらいいですか？



A 以下の場合には、最寄りの保健所等にある「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談しましょう。

- ① 風邪の症状や37.5度以上の熱が4日以上続く
- ② 強いだるさや息苦しさがある



- ・重症化しやすい高齢者や基礎疾患がある方に加えて、念のため妊婦さんは、こうした状態が2日程度続いたら相談しましょう。
- ・症状がこの基準に満たない場合には、かかりつけ医や近隣の医療機関にご相談ください。

Q5 感染予防のためにできることはありますか？

A 以下のことを心がけましょう。

- ① 石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い
- ② 正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ③ 高齢者や持病のある方は公共交通機関や人込みを避ける

新型コロナウイルスについて

Q7 感染しても症状が出ない人がいますが、その人からも感染しますか？

A 現状では、はっきりしたことはわかっていません。通常、肺炎などを起こすウイルス感染症の場合、症状が最も強く現れる時期に、他者へウイルスをうつす可能性も最も高くなると言われています。



より詳しくお知りになりたい方はこちら

厚労省 コロナ FAQ

検索



「からだの記録」をお返しします

1月の身体測定の結果を記入していますので、ご確認ください。また、お子様と一緒に1年間の健康を振り返っていただき、その後、保管していただければと思います。

