



新型コロナウイルス感染症に備えよう!

新型コロナウイルス感染症が、日本国内で少しずつ広がってきています。沖縄県内でも現在、3人の感染者が報告されました。宮古島では、感染者の報告はありませんが、注意が必要です。感染しないためにも、今、出来ることを一つひとつ行動に移していきましょう!



新型コロナウイルス感染症とは?

過去、ヒトで感染が確認されていなかった新種のコロナウイルスが原因と考えられる感染症です。



症状・感染経路について

<p>症状</p>	<p> <input type="checkbox"/>発熱 <input type="checkbox"/>喉の痛み <input type="checkbox"/>咳が長引く(1週間前後) <input type="checkbox"/>強いだるさ ※風邪やインフルエンザと症状が似ているので、注意が必要です。 </p>
<p>潜伏期間</p>	<p>1日～13日(平均5日～6日) ※ウイルスに感染して、症状が出るまでの期間のことを「潜伏期間」といいます。</p>
<p>感染経路</p>	<p> 【飛沫感染】 ・感染者の飛沫(咳、くしゃみ、つば等)と一緒にウイルスが放出され、他の人がそのウイルスを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付きます。他の人がそれを触るとウイルスが手に付着し、感染します。 </p>



予防方法 ～今、私たちにできること～

手洗い・うがい

手洗いは、せっけん等を使って丁寧に洗います!

生活リズムを整える

十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけ、免疫力を高めましょう。

室内の換気をする

休み時間ごとに、空気を入れ換えをしましょう。

健康観察

朝、登校前に検温し、自分の健康状態をチェックしましょう。

人混みをさける

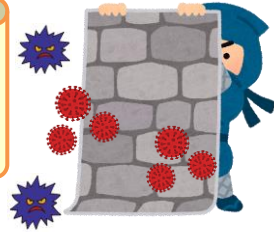
人混みや、不要不急の外出は避けましょう。

マスク着用

咳やくしゃみが出る人、体調が悪い人はマスクを着用しましょう。
 ※マスクはお家から、持ってきてください。



ウイルスシャットアウトの術で 感染症を予防しよう！！



其の一 咳エチケット



ハンカチやタオル
で鼻と口を覆う



マスクをする



そでで
鼻と口を覆う

【悪い例】



そのまま咳をする



手で覆う

其の二 正しいマスクの着用



- ① 鼻を固定させる部分を軽く折り、鼻の両側から押さえて、あごにフィットさせる。
- ② ひもを耳にかけ、マスクの下側をあごの下までギュッと伸ばします。
- ③ マスクの横に隙間ができていないか、確認しながら全体を覆います。

其の三 丁寧な手洗い



流水でよく手をぬらした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

* 保護者の方へ *

◆医療機関において、新型コロナウイルスに感染していると診断された場合は、学校保健安全法第19条により、『治療するまで出席停止扱い』となります。

※感染したと診断された際は、速やかに学校へ連絡をお願いします！！

◆『健康観察カード』を配布しています。お忙しい中、大変かと思いますが、ご協力よろしくお願いします。また、登校時には、『健康観察カード』を必ず学校の方へ持って登校するように子どもたちへの声かけもよろしくお願いします。

新型コロナウイルスに関する相談窓口

◇宮古保健所

TEL:0980-73-5074

※感染が疑われる場合は、医療機関を受診する前に、
宮古保健所に電話連絡してください。

◇厚生労働省相談窓口

TEL:0120-565653(フリーダイヤル)

受付時間:9:00~21:00(土日・祝日も対応)

