

穴中感染症対策

令和3年8月25日(水)発行

現在「とくしまアラート・特定警戒」が発動されており、国の分類では最も深刻な「ステージⅣ」に相当します。そのため、ご家庭でも以下の感染症対策の徹底をお願いいたします。



基本的な感染症対策を徹底する!

- ・毎朝の検温と風邪症状の確認
- ・不要不急の外出を控える
- ・マスクの着用
- ・咳エチケット
- ・十分な換気
- ・食事前後の手洗いと手指消毒の徹底
- ・3密(密閉・密集・密接)を避ける
- ・最低1mのキープディスタンス
- ・大声での会話を控える

体と心の抵抗力を高めよう!

- ・意識して笑ってみる
- ・十分な睡眠
- ・適度な運動
- ・バランスのとれた食事
- ・毎日お風呂に入って清潔を保つ



部活動中も感染症対策を徹底する!

- ・部活動中、マスクを外していることが多いため、部活動前後の手洗いや手指消毒、最低1mのキープディスタンスなど、より一層の感染症対策を徹底してください。

家庭内感染を予防するためにできること!

- ・家族に濃厚接触者がした場合、食事は時間帯や食事場所を変える。
- ・家族が集まる共有の場所ではマスクを着用し、定期的に窓を開けて換気をする。
- ・洗濯は通常通りで良いが、便や尿、体液がついた場合は手袋・マスクを着用し、次亜塩素酸ナトリウムで消毒してから洗濯する。
- ・入浴は、濃厚接触者が家族の一番最後に入るようにし、入浴後は換気とお風呂用洗剤による清掃を行う。家族とタオルの共有はしないようにする。
- ・共有物(スイッチ・リモコン・ドアノブ)やトイレなどよく触れるところは、70%濃度以上のアルコールや0.05%に薄めた次亜塩素酸ナトリウムで消毒する。

参考:徳島保健所「新型コロナウイルス感染症の濃厚接触者の方へのお願い」

差別をしない!偏見をもたない!

- ・いつ誰が感染してもおかしくないと「自分事」として捉えよう。
- ・ワクチンを接種できない人や望まない人もいるため、その人の判断を尊重しよう。
- ・誤った情報や不確かな情報に惑わされず、正しい情報を得て行動しよう。



風邪症状があり、普段と体調が少しでも異なる場合は自宅での休養を徹底してください。また、ご家族に同様の症状がみられる場合も学校(52-1046)へ連絡し登校についてご相談ください。