

# 寒冷な場面における新型コロナ感染防止等のポイント

水俣高校保健部

## 1 基本的な感染防止対策の実施

- 発熱・風邪症状等がある場合は登校をひかえ自宅で休養を
- 健康管理に努める
  - ・毎日（2回、朝夕）検温を行う
  - ・手洗い・うがい、手指の消毒を行う
- マスクを着用（ウイルスを移さない）
- 人と人との距離を確保（1 mを目安に）
- 3密を避ける、大声を出さない
- 感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫を
  - ・箸やコップは使い回さず、一人ひとりで
  - ・座席の配置は斜め向かいに（正面や真横はなるべく避ける）
  - ・会話するときにはマスクを着用
- 感染が疑われる場合（発熱等の症状がある場合）
  - ・かかりつけ医や最寄りの医療機関に電話で相談するか、発熱患者専用ダイヤル0570-096-567に相談する
  - ・①PCR検査を受ける場合、②濃厚接触者に特定された場合、③感染が確認された場合、は学校（担任）に報告をお願いします

## 2 寒い環境でも換気の実施

- 機械換気による常時換気を
- 機械換気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け（窓を少し開け、室温は18℃以上を目安に）

## 3 適度な保湿（湿度40%以上を目安）

- 換気しながら加湿を（加湿器使用や洗濯物の室内干し）
- こまめな拭き掃除を

※熊本県のリスクレベルは**レベル5 厳戒警報**となりました。冬休み中も新型コロナウイルス対策を行い、楽しく健康に過ごしましょう。校内ではマスク着用、消毒等にご協力頂きありがとうございます。