

オミクロン株の新型コロナウイルス感染症が猛威を奮っています。不安な中で登校しているお友達も多いのではないのでしょうか。学校では、マスクの着用や常時換気、石けんでの手洗いの励行等、引き続き感染対策に取り組んでいます。

陽性の場合、発熱する前に、強い倦怠感やのどの痛み、気持ち悪さ等を訴える児童が多くいます。お子さんが体調不良を訴えた際、

いつもの様子と比べてどうなのか、が重要な目安となります。少しでも異変を感じる場合は、念のため登校をお控えください。登校後も、熱がなくてもいつもの様子と比べて体調が優れない場合には、お迎えのご連絡をさせていただきますので、ご協力をお願いします。

なお、**携帯電話は、留守電設定**をお願いします。

引き続き、ご家庭のご協力をお願いします

保護者のみなさまには、大変な状況の中、学校の教育活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。新型コロナウイルス感染症の感染拡大の状況を踏まえ、引き続き以下の点にご協力をお願いします。

1. 毎日朝・夕の検温と、より丁寧な健康観察

健康観察カードは、毎朝忘れずに記入し、持たせてください。

※**夕方から発熱する人が多いです。朝だけでなく、夕方も検温しましょう。**

以下の場合には、念のため登校を控えてください。

- ・前日発熱した、嘔吐した（24時間以内）
- ・朝の体温が平熱よりも高い
- ・のどの痛みやせき、鼻水等の風邪症状がある
- ・だるさ、食欲不振、頭痛、腹痛、吐き気、下痢等の症状がある

※ 登校後に体調不良が見られた場合には、ご連絡しますので、速やかにお迎えをお願いします。**携帯電話は、留守番設定をお願いします。**

※ ご家族も含め、PCR検査を受けられた場合には、休日でも学校携帯にご連絡ください。（学校携帯：080-7163-6396）

2. せっけんでの手洗い習慣の徹底

頻繁に手洗いをするため、ハンカチは数枚の予備を持たせてください。

3. マスクの予備

学校で汚してしまったり、落としてしまうことがあります。予備のマスクを数枚、必ずランドセルにご用意ください。

4. 規則正しい生活習慣で免疫力アップ






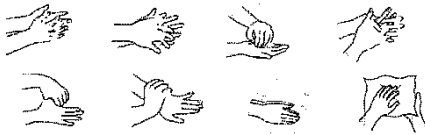

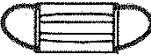



健康な体づくりのため、「はやね・はやおき・あさごはん」の習慣を身に付けましょう。

※ なお、ご本人やご家族が新型コロナウイルスに感染した場合の療養期間および隔離期間に関しましては、学校から明確にお伝えすることはできません。保健所や、医療機関の指示に従ってください。

自宅療養の際のポイント

～家族で守ろう10の約束～

現在流行しているオミクロン株は、非常に感染力が強いことが特徴です。自宅療養が基本となるため、家族内感染の予防が大切です。以下のチェックリストを参考に、家族内感染の予防に取り組みましょう。

<p>✓コロナにかかった人と部屋（スペース）を分けていますか？</p> <p>食事は別々に、時間差で。 お風呂は感染した方が最後になるように。</p>	<p>✓よごれたタオルや服は洗濯しましょう</p> 
<p>✓タオルや食器など身の回りのものを一緒に使っていませんか？</p> 	<p>✓ゴミはよくしばって捨てましょう</p>  <p>ゴミの捨て方 </p>
<p>✓看病する人は、感染を防ぐためできるだけ1人に決めましょう</p> 	<p>✓こまめに手を洗いましょう</p>  <p>手洗いの仕方 </p>
<p>✓家族で正しくマスクをつけましょう</p> <p>できるだけ不織布のマスクを顔にぴったりつけて</p> 	<p>✓こまめに換気をしましょう レンジフードも効果的</p>  <p>換気の仕方 </p>
<p>✓手でよくさわる場所は掃除・消毒しましょう</p> <p>ドアノブ、照明のスイッチ、リモコン洗面台、トイレのレバーなど</p> 	<p>お住いの地域の管轄保健所の電話番号や、相談窓口等の番号を、すぐに見られる場所に控えておきましょう。</p>

※ 家の間取りや、お子さんの発達段階によって、隔離が難しい場合もあります。その場合は、マスクの着用と換気に努め、できる限り感染予防に努めましょう。

家族だからわかる変化を見逃さないで！

■ 自宅療養中の健康チェックのポイントや急変時の対応はこちら →



東京都健康・常務課 健康相談センター 03-5722-1111（フリーダイヤル）