保健だより　No.6

令和3年9月2日（木）　宮城県仙台東高等学校　保健室

緊急事態宣言の発令に伴う感染予防対策について

現在、宮城県では緊急事態宣言が適用されています。また文科省マニュアルにおける地域の感染レベルは、「レベル３」となっています。学校での集団生活では、一人一人の感染症予防対策がとても重要です。感染拡大を予防する意識と行動力を高め、引き続き新しい生活様式の定着と感染症予防対策の徹底を引き続きお願いします。

日常の感染症対策について

感染力が強い変異株にも、基本的な感染予防策が有効です。「健康観察の徹底」・「マスクの着用」・「手洗い」・「3密回避」などを徹底しましょう。

【健康観察の徹底】

本校では、毎朝生徒の健康状態をグーグルクラスまたは健康観察カードで確認していますが、検温及び健康観察をせずに登校するケースや微熱等の体調不良がみられても登校するケースがみられます。

家庭での朝の健康観察と検温の徹底をお願いします。体調不良の際は保護者と必ず相談し、「家で様子をみる」または「病院を受診する」等、体調管理をしっかりと行いましょう。また発熱等の風邪の症状がみられる場合や同居家族に発熱等の風邪症状がみられる場合は、出席停止となります。（文部科学省：学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアルより）

＊県からの指示で、登校後に風邪症状等の体調不良がみられた場合は、早退の対応となります。お子様と連絡が取れるよう、ご家庭でも連絡先の確認をお願いします。

＊PCR 検査等を受検することになった（または病院受診時に受検した）場合は、必ず学校へ連絡をお願いします。

《発熱等の症状がある場合》

○かかりつけ医等、近くの医療機関に電話で相談をしてください。

○かかりつけ医がいない、相談先がわからない場合は、受診・相談センター（コールセンター）に電話してください。　℡022－398－9211

【マスクの着用】

会話をする時は、必ずマスクを着用しましょう。鼻出しマスク・あごマスクは×

効果が高いとされる不織布マスクを使用しましょう。（マスクの有効性は、不織布＞布＞ウレタン）

【手洗いの徹底】

活動場面の切り替わりや食事の前後、トイレの後、帰宅後等こまめに手洗い（手指消毒）をしましょう。

【換気の徹底】

部屋の換気は、空気の流れを作るために、常に2方向の窓やドアを同時に開けて行いましょう。（常時換気に努めましょう）

常に開けることが厳しい場合、こまめに（30分に1回以上、数分間程度、窓を全開にする等）換気を行いましょう。

【密集・密接の回避】

休み時間や昼食時、登下校時、部活動等の密集・密接をできる限り避けましょう。

マスクなし×大声×大人数×近距離×換気が悪い×狭い場所×

【ワクチン接種等について】

ワクチン接種は出席停止扱いとなります。予約が取れたら担任へ申し出てください。また、副反応による体調不良等も出席停止となりますので、無理をせず十分に回復するまでお休みください。

＊なお、ワクチン接種はあくまで任意のものであり、ご家庭の判断となりますので、強制ではありません。

不安なことや心配なことはありませんか？ひとりで抱え込まず、まずは相談してください。

新型コロナウイルス感染症に対する不安、学校生活や進路に関する不安や悩み、ストレスを感じている人も多いのではないかと心配しています。東高では、月に2～3回スクールカウンセラーの中村先生が来校しています。みなさんの不安や悩みを聴き、どんな解決方法があるのかを一緒に考えてくれる臨床心理士の先生です。ひとりで悩まず、相談してみませんか？

【外部機関の相談窓口の紹介】

●「24時間子供 SOS 電話相談ダイヤル」0120−0−78310（24時間365日いつでも利用できます）

●「みやぎ SNS 相談」 右のコードを LINE アプリで読み取ってください。LINE で相談できます。