

# 保健室だより

柏崎市立第二中学校

新型コロナウイルス感染症の感染者は11月に入り全国的に増え、第3波が心配されてきています。新潟県内も300名以上と増加傾向にあります。柏崎市内でも発生しています。これから寒い環境になり、感染が更に拡大することが考えられます。ご家庭でも感染予防の取組にご協力ください。学校では昨日、お話をしました。

## ご家庭で実施・周知しておいて頂きたいこと！

- ① 朝起きて必ず検温して、検温測定一覧表に記録してください。
  - ・検温記入一覧表を配布してあります。(マスターライフに貼ってあります)
  - ・検温・健康観察の結果、37℃以上または平熱より+0.5℃以上の発熱等の風邪の症状がある場合は医療機関を受診してください。

・特に37.5℃以上の発熱、せき、だるさが続く場合は、下記の機関にご相談ください。

柏崎市保健所 ☎0257-22-4112

新潟県新型コロナウイルス感染症コールセンター ☎025-282-1640



- ② PCR 検査を受けることになった場合は速やかに学校に報告してください。(詳しくは20日の市教育委員会からの『新型コロナウイルス感染症にかかわる情報提供について(お願い)』を参考にしてください)

- ③ マスクを必ず着用して登校してください。(登下校中も必ずしてください)



- ④ 外出後必ずうがい・手洗いを忘れずにしてください。(特に食事前・トイレ使用後の手洗いをしっかり行いましょう。)ハンカチを必ず持参してください。

- ⑤ 学校では教室内の換気を常時行っています。そのため寒いと感ずることがあるかもしれませんが、そこで、防寒対策(アンダーウェアやセーター等・ひざ掛け・使い捨てカイロなど)を行ってください。

- ⑥ 免疫力を高めるために良い生活リズム(睡眠・食事)を心掛けてください。

