

新型コロナウイルス感染症予防の健康観察についてのお願い

日頃より本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。
保護者の皆様におかれましては、引き続き、お子様の健康観察、朝の検温につきまして、
ご理解とご協力をお願いいたします。
春季休業中の子どもたちへの感染拡大を防ぐための措置にご理解いただきますようお願い
いたします。

I ご家庭での健康観察の手順と注意事項

毎朝、体温計で熱を測り、次のような症状はないかチェックしてください。裏面の健康
観察票に記入し、体調の管理をしてください。

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 37.5℃以上の熱が出ている | <input type="checkbox"/> 倦怠感（全身のだるさ）を訴えている |
| <input type="checkbox"/> 咳をしている | <input type="checkbox"/> 息苦しさがある |
| <input type="checkbox"/> 頭痛がある | <input type="checkbox"/> 下痢・嘔吐がある |

II 春季休業中のお願い

医療機関を受診して新型コロナウイルス感染症の疑い、または診断された場合は、すみ
やかに学校までご連絡ください。

横浜市の児童生徒のみなさんへ（保護者の方と一緒に内容を確認しましょう）

集団感染を防ぐために～横浜市教育委員会からのお知らせ～

みなさんが健康な生活をすごすために、新型コロナウイルス感染症の専門家のお話をもとにし
て、新しいお知らせをします。

集団感染拡大防止のために、**①人が多く集まる場所、②近い距離での会話や大声を出す場所、③
屋内の風が通りにくい場所（密閉空間）、**の3つの条件が重なる場所を避けることが必要です。

春休みは新年度に向けた準備のための休みです。健康・感染症予防のために、次のことに気をつ
けながら、一年を振り返るとともに、新たな希望や目標をもって新学期を迎えるようにしましょう。

- 早寝、早起きをし、バランスの良い食事をとりましょう。
- せっけんを使ったていねいな手洗い、うがい、咳エチケット（咳が出るときはマスクをする、ハンカチやティッシュで口をおおう 等）をしましょう。
- 日中は時々、窓を開けて空気を入れ替え、換気をしましょう。
- 運動不足やストレス解消のために適度に身体を動かすことは健康維持のためにも大切です。家の人と相談し、日常的な運動（ジョギング、散歩、縄跳び）など、安全に行うことができる運動をすることもよいでしょう。
- 外で運動する時は、交通事故に十分気をつけ、その場所のルールやマナーを守りましょう。
- 運動の前後には、せっけんを使ってていねいに手と顔を洗い、うがいなど、予防対策をしましょう。
- 咳が出る、熱っぽい、かぜのような症状がある時は外に出ることはやめましょう。