

# 新型コロナウイルス感染症に関する休業中の注意事項

令和2年4月1日  
香川県藤井中学校  
香川県藤井高等学校

## 1. 休業期間中の生活について

### (1) 基本的な生活習慣（免疫力を高めるためにも）

- ① 早寝早起きをして規則正しい生活を送りましょう。
- ② 1日3食バランスの良い食事を心がけましょう。
- ③ 運動不足やストレスを解消するためジョギング・散歩・縄跳び等自分でできる運動をしましょう。

### (2) 新型コロナウイルス感染症の予防

- ① 石けんでの手洗い・アルコール消毒（あれば）をしましょう。
- ② マスクを着用するなど、咳エチケットに気をつけましょう。
- ③ 集団感染を防ぐため、換気が悪く人が密に集まって過ごすような空間に立ち入ることを避けてください。
- ④ 不要不急の外出は避けてください。

### (3) 新学期に向けての準備

- ① マスクを購入しておいてください。
- ② ただし、現在、使い捨てマスクの入手が困難です。洗い替えができるガーゼのマスクの入手・自作も検討してください。

## 2. 感染が疑われる場合や感染した場合について

### (1) 感染が疑われる場合

- ① 37.5° C以上の発熱を伴う風邪の症状がある場合は、必ず自宅待機してください。体温を毎日測定して記録しておいてください。
- ② さらに、この症状が4日以上続く場合、あるいは強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合は、電話で、最寄りの保健所や相談窓口ご連絡し、その指示に従ってください。

(2) 新型コロナウイルス陽性者と適切な感染防護なしに接触した場合

- ① 濃厚接触者になり、感染している可能性があります。潜伏期間を考慮し、2週間、帰寮・登校を控えてください。体温を毎日測定して記録しておいてください。
- ② 2週間以内に症状が出た場合は、他の人との接触を避け、速やかに電話で「帰国者・接触者相談センター」に相談し、学校にもその相談結果をご報告ください。
- ③ 症状が出ずに最終接触日から2週間経過した場合は経過観察終了となりますので、投稿してください。

【濃厚接触の具体例】

- ・ 新型コロナウイルス陽性者(以下陽性者)と同居あるいは長時間の接触(車内、航空機等を含む)があった。
- ・ 陽性者と適切な感染防護なしに、診察、看護もしくは介護をした。
- ・ 陽性者の気道分泌物もしくは体液等に直接接触した。
- ・ 陽性者と会食した。
- ・ 必要な感染予防策なしで、陽性者に手で触れた。
- ・ 陽性者と会話することが可能な距離(目安として2m)にいた。

(3) 新型コロナウイルス感染と診断された場合

- ① 感染と診断された場合は、主治医の許可があるまで帰寮・登校を控え、直ちに学校にお知らせください。
- ② なお、新型コロナウイルス感染症は、政令により「指定感染症」と定められ、学校保健安全法に定める「第一種感染症」とみなされたため、新型コロナウイルス感染症による学期中の欠席は出席停止扱いとなります。