臨時休業期間が延長されました。臨時休業中は、不要不急の外出を控え、引き続き
新型コロナウィルスを含む感染症予防対策へのご協力をお願いします！

～つづけよう！新型コロナウィルス感染症予防対策～

1．　睡眠、食事、運動で生活リズムを整え、免疫力を高めてください。（テレビ、スマホ off の時間も決めよう）

2．　こまめに手洗いをしてください。（ハンカチ・タオルは共有しないよう注意してください。）

3．　アルコール消毒も有効です。

4．　マスクを着用するなど、咳エチケットを心がけてください。

※　現在、マスクが手に入らない状況です。感染症拡大の効果的な予防には、マスクは風邪や感染症の疑いがある人たちに使ってもらうことが何より重要です。風邪症状があるのに使い捨てマスクがない時は、ガーゼマスクやティッシュ、ハンカチ、タオルなど代用品を使ってください。

5．　密閉空間を避け、定期的に換気を行ってください。

6．　持病のある方や高齢者は、公共交通機関や人混みをさけるなど、注意してください。

7．　新型コロナウィルス感染症が疑われる発熱等がある場合、
「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

□　風邪の症状（のどの痛みや咳など）や 37.5℃以上の発熱が４日以上続いている。
（解熱剤を飲み続けなければならない場合も同様）
□　強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。
※　高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が２日程度続く場合

兵庫県の「帰国者・接触者相談センター」

平日 9:00～17:30	豊岡健康福祉事務所　０７９６－２６－３６６０
休日及び夜間（17:30～翌 9:00）	兵庫県疾病対策課　０７８－３６２－９９８０

「かかったかも」と少しでも思われる場合、医療機関への受診を、連絡なく、直接行くことは控えてください。センターが適切な診察のため受診調整を行っています。

※　発熱が見られたら、水分を十分にとって、まず安静に過ごしてください。

8．　現時点では新型コロナウィルス感染症以外の病気が圧倒的に多い状況です。インフルエンザ等の心配があるときは、通常と同様、かかりつけ医に、まず電話で相談してください。

一般的な相談窓口

兵庫県相談窓口	TEL　０７８－３６２－９９８０　（２４時間受付） FAX　０７８－３６２－９８７４
厚生労働省相談窓口	TEL　０１２０－５６５６５３　（平日・土日・祝日 9:00～21:00）

9．　発熱等の症状があり受診した場合や、新型コロナウィルス感染症患者(疑いも含む)と濃厚接触があった場合は、学校に連絡してください。

１０．登校日及び登校再開時、次の場合は、登校を見合わせてください。
（部活動も同様です。）

- □ 朝の検温　37.5 以上熱のあるもの
- □ 37℃以上の熱が続き、かつ咳など風邪症状のあるもの
- □ 強いだるさ（倦怠感）、息苦しさがあるもの
- □ 同居家族に新型コロナウィルス感染症患者がいる場合
- □ 新型コロナウィルス感染症患者（疑いも含む）と濃厚接触があった場合

毎日、体温を測定し、記録しておきましょう。

健 康 観 察 票

日付	測定時間	体温	症　状　（あるものに○）	行動等
3／17(火)	:	.　℃	発熱　・　のどの痛み　・　咳　・　強いだるさ 息苦しさ　・　その他（　　）	
3／18(水)	:	.　℃	発熱　・　のどの痛み　・　咳　・　強いだるさ 息苦しさ　・　その他（　　）	
3／19(木)	:	.　℃	発熱　・　のどの痛み　・　咳　・　強いだるさ 息苦しさ　・　その他（　　）	
3／20(金)	:	.　℃	発熱　・　のどの痛み　・　咳　・　強いだるさ 息苦しさ　・　その他（　　）	
3／21(土)	:	.　℃	発熱　・　のどの痛み　・　咳　・　強いだるさ 息苦しさ　・　その他（　　）	
3／22(日)	:	.　℃	発熱　・　のどの痛み　・　咳　・　強いだるさ 息苦しさ　・　その他（　　）	
3／23(月)	:	.　℃	発熱　・　のどの痛み　・　咳　・　強いだるさ 息苦しさ　・　その他（　　）	

※ 発熱が見られたら、水分を十分にとって、まず安静に過ごしてください。
そして、症状の経過をみてください。

いつ、どこで、誰がなってもおかしくない状況です。
だからこそ、ひとりひとりの、日々の予防行動が大切になります。
知らない間に「かからない」ために。「うつさない」ために。そのための臨時休業です。