

令和2年7月22日

保護者様

愛知県立瀬戸北総合高等学校長

新型コロナウイルス感染拡大防止に向けた連休の過ごし方について（お願い）

平素から本校の教育活動にご理解、ご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、こここのところ、県内で1日の新型コロナウイルス感染者数が過去最多となるなど、気を緩めることができない状況になっております。

つきましては、連休中も下記の点に留意していただき、お子様の感染予防に、ご理解、ご協力をお願い申し上げます。

記

- 1 不要不急の外出は避けてください。
- 2 規則正しい生活習慣を心がけて過ごしてください。
(栄養バランスを考えた食事、適度な運動、十分な睡眠時間の確保)
- 3 帰宅時、調理や食事前、トイレの後、咳やくしゃみ・鼻をかんだ後の手洗いは、石けんを使用して十分に洗い流してください。
- 4 やむを得ず外出するときや、他人と間近で会話をするとき、マスクを着用してください。
- 5 毎日定期的に検温して体調管理に努め、体調が悪い場合は外出を控えてください。
- 6 自宅での換気も意識し、室内の空気を入れ替えてください。
- 7 友だちとのコミュニケーションは、オンラインや電話を利用してください。
- 8 スーパーマーケットやコンビニエンスストアの利用は、毎日ではなく、一人または少人数で、空いている時間に短時間で済ませてください。
- 9 外での運動は少人数で行い、混雑している公園等は控えてください。
(交通事故や水の事故などには十分気をつけてください。)

次の症状がある場合は、電話で「帰国者・接触者相談センター（保健所）」に相談してください。（後日、学校にも連絡してください。）

- ・息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合。
- ・基礎疾患等がある生徒については、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合。
- ・発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合。

※症状が4日以上続く場合は必ず相談してください。症状には個人差があるので、強い症状と思う場合はすぐに相談してください。

（解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます。）