

保健だより1月号



令和4年1月12日

渋川青翠高等学校 保健室

引き続き、感染対策の継続を

年明けから全国で新型コロナウイルスの感染が急拡大し、第6波に突入したとされています。5日には全国の一日の新たな感染者が2000人を超えており（2000人を上回るのは、去年9月26日以来）、この急増を受け、東京を含む複数の自治体では警戒レベルの引き上げをしています。オミクロン株による『市中感染』も増えています。『市中感染』とは、「市中で経路がたどれない感染が起きている」ことを言い、その地域で大流行が起こる可能性がとても高いことを意味します。

私たちに出来ることは、これまで実践してきたことの継続です。引き続き、不要不急の外出や3密を避け、石鹸手洗い、黙食といった、基本的な感染対策の徹底を続けてください。一人の感染が周囲の人達の社会生活や健康に大きく影響することを想像し、規則正しい生活と正しい行動選択をお願いします。



新型コロナウイルス感染症に係るPCR等検査無料化事業について

新型コロナウイルス感染症の感染急拡大を受け、県では新型インフルエンザ等対策特別措置法第24条第9項に基づき、ワクチン接種の有無を問わず、県内在住者で感染に不安がある無症状者の方は、PCR検査を無料で受けることができます。持参するものや申込書等、詳しくは県ホームページで確認をお願いします。

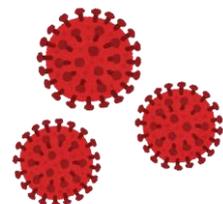
◆群馬県PCR等検査無料化事業

- | | |
|----------|---|
| (1) 要請内容 | 感染の不安を感じる無症状者は検査を受けること |
| (2) 対象者 | 県内に在住し、感染に不安を感じる無症状者 |
| (3) 区域 | 県内全域 |
| (4) 期間 | 令和4年1月5日（水）から令和4年1月31日（月）まで |
| (5) 受検場所 | 県内の薬局や衛生検査所等（詳しくは下記ホームページ参照） |
| (6) 受検方法 | 下記ホームページより実施事業者を確認し、実施日及び時間等を確認した上で各自受検 |



「群馬県新型コロナ検査促進事業の実施について」

https://www.pref.gunma.jp/02/d29g_00456.html



なお、結果が判明するまでは日数を要します。発熱や風邪症状等の症状が出現した場合には、速やかに医療機関を受診してください。受診される前には必ず本事業によるPCR自主検査の結果待ちであることを伝えてください。

再度ご確認をお願いします

- 『家庭で行う健康観察の記録表』は毎日持参してください。保護者の皆様は記録内容を必ず確認していただきますようお願いいたします。
- 朝の検温は必ずお願いします。検温をせずに登校して来る生徒もいますが、明らかな発熱が認められた場合には原則として家庭に連絡し、直接お引き渡しさせていただきます。また、保護者が到着するまでの間、生徒は別室で待機することになります。発熱症状がある場合は、医療機関の受診をお願いします。
- なお、発熱の判断をする際の目安になりますので、健康な時の自分の平熱（午前・午後）を必ず把握しておいてください。**
- PCR検査受検、家族や自分自身が濃厚接触者になった場合は、速やかに学校まで連絡をお願いします。
- 感染症に係る書類は下記になります。様式は学校にあります。本校ホームページからもダウンロードできます。



自分の平熱を知っておきましょう



感染症に係る様式	場 合	記入者
治癒証明書	学校保健安全法施行規則により定められた感染症（麻疹、風疹、水痘、咽頭結膜熱、流行性耳下腺炎、新型コロナウイルス感染症等）と診断を受けた場合	医 師
インフルエンザ療養報告書	インフルエンザと診断を受けた場合（ただし、医師の診断で5日を経過せずに登校可能となった場合は治癒証明書を提出すること）	保護者
（警戒レベル1以下の場合） 新型コロナウイルス感染症に関わる出席停止願	発熱等の風邪症状により医療機関を受診する場合（受診日は陰性陽性に関わらず出席停止。登校再開日に日付の記載された薬袋や領収書の写しを添付して提出すること）	保護者
新型コロナウイルスワクチン接種のための出席停止願	新型コロナウイルスワクチンを接種する場合（ワクチン接種前に提出すること）	保護者

違和感があればすぐに相談・受診を



？ 新型コロナウイルス感染症は、早期の受診・治療で重症化リスクを下げられる場合があります。あなた自身の症状を悪化させないためにも、あなたの周囲へ感染を広げないためにも、少しでも違和感があれば、すぐにかかりつけ医や身近な医療機関に電話で相談してください。

< 診療・検査外来一覧（公表に同意した医療機関） >

https://www.pref.gunma.jp/07/z87g_00046.html#ichiran



症状の違い	◎：よくある ○：ときどきある △：まれ ×：みられない									
	発熱	頭痛	味覚・嗅覚異常	全身の痛み	だるさ脱力感	強い虚脱感	鼻づまり	くしゃみ	咳	
新型コロナ	◎ 37.5℃以上程度	○	◎	○	○	○ ゆっくり進行する	△	△	◎ 途切れず続く	
インフルエンザ	◎ 38℃以上の高熱が突然現れる	◎ 強い頭痛	△	◎ しばしば強い	◎ しばしば強い	◎ 初期から出る	○	○	◎ ひどくなることも	
風邪	△	△	△	○ 軽い	○ 軽い	×	◎	◎	◎ 軽度から中程度	
アレルギー	×	○	△	×	○	×	◎	◎	○	

日本医師会「新型コロナウイルス感染症外来診療ガイド（第2版）」を参照

毎日に寒さが加わり、風邪やインフルエンザも増えてきます。新型コロナウイルス感染症は、これらと症状が似ているため、自分で判断せず、すぐに医療機関に電話で相談し、受診をしましょう。

