

新学期スタート

【教職員】急性呼吸器感染症(※)を拡げないために
(季節性インフルエンザ・新型コロナウイルスなど)

1. 病原体を持ち込まない(うつさない)

- 発病時の適切な医療機関受診
- 正しい服薬
- 咳・くしゃみなど風邪症状がある間の正しいマスクの着用
- 咳エチケット

2. 感染経路を絶つ(うつらない)

- 手指衛生のタイミング
 - ・ 学校に入るとき
 - ・ 職員室を出入りするとき
 - ・ 共用部分に触れた後
 - ・ 咳・くしゃみの後
- 手指衛生のPoint
 - ・ 手洗い後は、水分をしっかり拭きとる(効果減退防止・手荒れ防止)
 - ・ 水気が無くなるまでこする(爪～手首まで)
- 身の回りも清潔に
 - ・ 日常的に使用する教材、電話、パソコン、iPad、机などの拭き掃除
 - ・ 空気の乾燥を避け、定期的に換気



マスク着用



咳エチケット



換気



手洗い

3. 身体の抵抗力を高める(発病させない)

- 基本的な健康管理
 - ・ 十分な休養と栄養バランスのとれた食事
 - ・ 糖尿病・喘息などの基礎疾患がある方は、感染しやすく、症状が重くなる可能性があります。医師の指示に従い、適切な治療に努めましょう。

<年末年始の休業中に海外に渡航されていた方へ>

感染症には潜伏期間があります(数日から1週間以上)。帰国後数日してから具合が悪くなることがあります。(帰国後2週間程度の間に)発熱、風邪症状等がみられたら、受診前に医療機関に「渡航先」「滞在期間」「現地での飲食や活動状況」などを伝え、指示を受けてください。

※ 急性呼吸器感染症(ARI)とは、急性の上気道炎(鼻炎、副鼻腔炎、咽頭炎、喉頭炎)又は下気道炎(気管支炎、細気管支炎、肺炎)を指す病原体による症候群の総称で、季節性インフルエンザ、新型コロナウイルスなどが含まれます。令和7年4月から、感染症法上の5類感染症として、医療機関定点調査の対象となっています。

参考文献

- ：厚生労働省「感染対策の基礎知識」
- ：政府広報オンライン「インフルエンザの感染を防ぐポイント『手洗い』『マスク着用』『咳エチケット』」