

## <お家の方へ>

### 新型コロナウイルス感染防止のため、お子様の健康管理をお願いします。

- ・感染者が非常に多い状況が続いています。ご家族全員で引き続き検温等の健康観察、手洗い、マスク着用（屋外では外す）、咳エチケット、体調不良時の休養をお願いいたします。
- ・体温チェックカードに体温等の記入、押印（サイン可）のうえ毎朝お子様に持たせてください。
- ・毎朝お子様の健康観察をお願いします。発熱、咳などの風邪症状、体がだるい等体調の悪い場合は必ずご家庭で休養させてください。前日に発熱等かぜ症状のあった場合も同様です。ご家族が体調不良の場合もお子様の登校を控えてください。（出席停止扱いになります）
- ・感染防止のため、お子様が学校で体調不良のある場合、すぐに早退していただきます。緊急連絡先は、必ず連絡が可能な状態にいただき、速やかにお子様を学校に迎えに来てください。
- ・暑い場合は登下校時のマスク着用は不要ですが、マスクをはずした時にはおしゃべりをしないようにお子様に声掛けをしてください。
- ・毎日清潔なマスク・ハンカチ・あせふきタオル、ティッシュを持たせてください。
- ・除菌シート1包み・予備のマスク3枚・外したマスクを入れるビニール袋、エチケット袋1枚を持たせてください。
- ・お子様（家族）が新型コロナウイルスに感染または濃厚接触者になった場合、PCR 等検査対象の場合、すぐに学校へお知らせください。
- ・お子様の新型コロナウイルスワクチン接種、副反応による欠席は出席停止扱いになります。学校にお知らせください。

### 熱中症予防のため、毎日お茶を多めに持たせてください。

## 新型コロナウイルスにかかったらどうしたらいいの？

- 新型コロナウイルスにはだれもが感染する可能性があります。感染することが、悪いことではありません。
- 体がしんどくなったら、すぐにまわりの人に知らせましょう。まわりの人にうつさないように気をつけることも大切です。早めに病院で体を見てもらい、なおるまで家でゆっくり休みましょう。
- 心配なことがあれば、ひとりでなやまずに、家族や先生に相談しましょう。
- 新型コロナウイルスにかかった人のうわさをしたり、なかまはずれをしてはいけません。「もし自分がかかったら、まわりの友だちにどうしてほしいかな？」とよくかんがえて行動してください。
- みなさんは、感染予防のためにできないことがあってイライラしたり、気持ちが落ちこんだり、「いつまでこの生活が続くんだろう。」と不安に感じている人がたくさんいると思います。きっとみんな同じです。まわりの人に今の気持ちを話しましょう。しっかり予防しながら、今できる楽しいことを見つけて心をリラックスさせて、自分らしくゆったりとした気持ちで毎日をすごせるといいですね。



学校や家族、友達の事、新型コロナウイルス感染症や SNS、その他で差別や偏見、いじめ、心の悩みなどでつらい思いをしたら、一人で悩まずに、家族や学校の先生、友達など、まわりの人に相談しましょう。その他にも、児童生徒等の皆さんの不安や悩みを受け止める相談窓口があります。一人で苦しまず、ぜひ利用して話をしてください。

24 時間子供 SOS ダイヤル 0120-0-78310

兵庫県のちと心のサポートダイヤル 078-382-3566

兵庫県こころの健康電話相談 078-252-4987

子どもの人権 110 番<法務省> 0120-007-110

都道府県警察の少年相談窓口

<https://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html>

いのちの電話の相談 0120-783-556

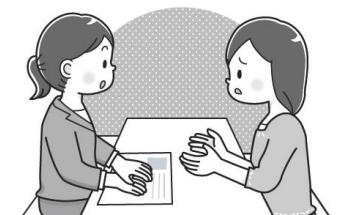
一般社団法人日本いのちの電話連盟

<https://www.inochinodenwa.org/>

チャイルドライン(18歳までの子供が対象) 0120-99-7777

<https://childline.or.jp/>

新型コロナこころの健康相談電話 078-252-4980



## 家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合の家庭での注意点



参考:日本環境感染学会「新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合の家庭内での注意事項」、厚生労働省「新型コロナウイルスに関するQ&A(一般の方向け)」