北海道教育委員会

再び新型コロナウイルス感染症の新規感染者が増えています

家でも感染症対策をお願いします

感染症対策に「特別」はありません。
「基本」をしっかり行うことが大事です。

★ **症状がある場合は登校しない（同居の家族に症状がある場合も同様です）**

- 軽くても何らかの症状がある場合は、自宅で休養してください。
- 感染者等としての療養・待機期間（感染者：７日間、濃厚接触者：５日間）が解除になった後も、症状がある場合は休んでください。



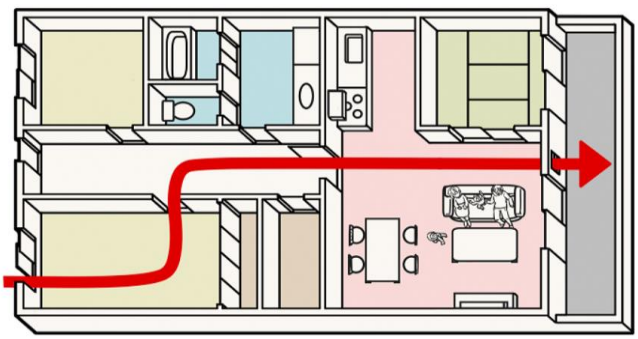
感染者は、療養期間の解除後も他の人に感染させてしまう可能性があるため、**10日目**までは健康観察を強化し、いつも以上に感染症対策を徹底していただくようお願いします。

★ **手洗いの効果はとても高い**

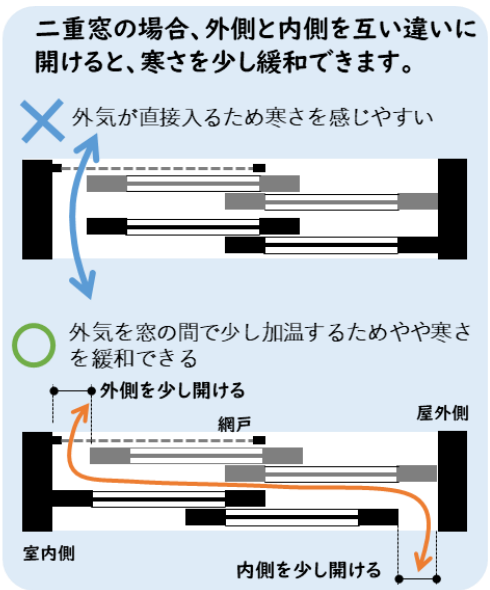
- ハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すすぐと、ウイルス量が1/10,000に！

「家の換気」のポイント

- 「24時間換気システム」が設置されている場合（2003年以降に建設された住宅は設置）は、通常稼働で充分な換気が行われます。換気口のフィルタを清掃すると、より換気量を確保できます。
- 「24時間換気システム」ではない家は、「窓開け換気」をします。暖房器具の近くの窓を開けると、入ってくる冷気が暖められるので、室温の低下を防ぐことができます。
- キッチンのレンジフードは、吸い込む風量が大きいので、窓開けとの併用で、より効果的な換気が行えます。



参考）人がいない部屋の窓を開け、廊下を経由して、少し暖まった状態の新鮮な空気を人のいる部屋に取り入れる換気方法（２段階換気）の例（厚生労働省）



よくある質問

Q　発熱などの「コロナかも？」と思う症状が出た場合、どうしたらいいですか？

次のような方法が考えられます。

- □ 症状が軽い場合は、自宅で休養して様子を見る
- □ 抗原検査キットで自己検査をする（無料キット申込み or 自費購入）
- □ かかりつけ医に相談、または北海道コロナチャットボットで調べる



Q　家族１人が感染して、２日後にもう１人が感染したのですが、濃厚接触者としての出席停止期間はどこから何日間になりますか？

「感染者との最終接触日」を０日目として５日間です。「感染者との最終接触日」とは、同居の家族の発症日、または感染対策（マスク、手洗い、アルコール消毒等）を開始した日のいずれか遅い日を言います。

Q　同居の家族に風邪症状があり、病院に行ったら「風邪」と言われました。この場合は学校に行ってもよいのですか？

同居の家族に症状があり病院を受診して、明らかに新型コロナウイルス感染症ではない診断（アレルギー性鼻炎など）を受けた場合は出席できますが、コロナの検査をせず「風邪」と言われた場合などは、同居の家族の症状が消失するまで自宅で休養するようお願いします。



Q　学級閉鎖中、自分に症状がなかったら通常どおり外出してもいいですか？

無症状であっても感染している可能性があり、人へ感染させる可能性もあります。
学校で感染者が複数出て、感染している可能性がある閉鎖期間中は、自宅で休養するようお願いします。

Q　休日に友人と会食をした翌日、その友人が発熱して感染が判明。一緒に飲食した自分は登校しない方がいいのでしょうか？

感染が判明した場合、感染した人から、症状が出た前後に会っていた「感染の可能性がある人」へ連絡をお願いします。「感染の可能性がある人」とは、症状が出る２日前より後（または同じ日）に会っていた人で、かつマスクを着用せず、手が触れる距離（１ｍ程度）で15分以上会話した人を言います。

