



夏休みも感染症対策を続けましょう

令和4年7月20日

明日から夏休みとなりますが、新型コロナウイルス感染症の陽性者が増加しており、栃木県の警戒度はレベル2（警戒を強化すべきレベル・感染拡大警戒強化）に引き上げられました。夏休みは人が集まる機会も多くなります。引き続きいつも以上に基本的な感染症対策の徹底をお願いいたします。

暑さとコロナに負けない夏休みの心得

熱中症対策
×
コロナ感染防止

新たな変異株に対しても、基本的な感染症対策が有効です

規則正しい生活で 免疫力を高める

- 早寝・早起き
- 十分な睡眠・休養
- 適度な運動
- しっかり食べる
(バランスが大切)



具合が悪い時は 外出しない

- 毎日の検温・健康観察
- いつもと違う体調のときは
自宅で安静、医療機関を受診
- 陽性が判明したら学校に連絡



熱中症への備え

- 涼しい服装、日傘、
帽子で暑さ対策
- こまめに水分補給
- エアコン使用時も、
常時窓を開けて換気
- 屋外ではマスクを外す



夏のマスクは、熱中症に気をつけて！

マスクは感染症対策のひとつですが、気温や湿度が高くなると、マスクをつけていることで熱中症になるおそれが高まります。夏場はマスクを着用する必要がない場面では、外しましょう。



	身体的距離が確保できる		身体的距離が確保できない	
	屋内	屋外	屋内	屋外
会話をする	マスクの着用がおすすめ	マスクを着用する必要はない	マスクの着用がおすすめ	マスクの着用がおすすめ
会話をほとんどしない	マスクを着用する必要はない	マスクを着用する必要はない	マスクの着用がおすすめ	マスクを着用する必要はない

【引き続き御協力をお願いします】

- ・毎日の検温、風邪症状含めた健康観察をお願いします。
- ・発熱、風邪症状等がある場合は、自宅で休養してください。また必ず医療機関へ電話相談・受診をしてください。
- ・夏休み中期間に感染者（PCR検査等で陽性）及び濃厚接触者となった場合は、各担当教頭まで連絡をお願いします。
- ・夏休み明けに、お子さんや御家族の体調がすぐれないときは、登校を控えてください。

