

# ほけんだより 3月

栃木県立佐野東高等学校

保健室

## …新型コロナウイルス感染症の対応について…

栃木県ではコロナ医療に係る入院医療提供体制の危機的状況は脱しつつあるということで、2/7をもって「医療危機警報」を終了しました。ただし、病床使用率や新規感染者数がレベル2の水準にとどまってること、季節性インフルエンザが微増していて同時流行の状況等を注視する必要があることから警戒度レベル2は維持されます。

栃木県が要請している警戒度レベル2における対応について

- ・ワクチン接種者を含め、基本的な感染対策を徹底する。

基本的な感染対策：「適時適切なマスク着用」「会話する＝マスクする」「手洗い」「ゼロ密」「換気」等

- ・都道府県をまたぐ移動は、「三つの密」の回避を含め基本的な感染対策を徹底するとともに、移動先での感染リスクの高い行動を控える。
- ・速やかにオミクロン株対応ワクチンの接種を受ける。
- ・感染に不安がある場合には、無料検査を活用する。
- ・65歳未満で軽症の重症化リスクが低いと考えられる者は、発熱外来の受診に代えて「検査キット配布センター」の活用も検討する。
- ・65歳未満の自己検査等による陽性者で重症化リスクが低く、軽症又は無症状の方は、「とちぎ健康フォローアップセンター」での陽性登録も検討する。
- ・救急外来及び救急車は、適切に利用する。



マスク着用は3/31までは今まで通りですが、その後は個人の判断が基本となります。今まで周囲の人にマスクをした顔しか見せていなかったため外すことに抵抗があるという声も聴きます。花粉症の人は予防のためにマスクが必要ですし、個人の事情もあります。柔軟に対応していきたいと思います。



## 3月9日は ありがとうの日



### <3月のスクールカウンセラー来校日>

3/15(水) 藤田先生

3/20(月) 山崎先生

今年度最終の来校日です。  
希望者はぜひ予約をしてください。

3月9日「ありがとうを届ける日」は「ありがとう」を口にして感謝の気持ちを伝える日とされています。普段の生活の中で「ありがとう」と思っているけれど、直接言葉では伝えられていない方も多いのではないのでしょうか。

突然、改まって感謝を伝えるのは恥ずかしいかもしれませんがこのような記念日をきっかけに、「いつもありがとう」という感謝の気持ちを伝えられると良いですね。

