

保健便り

2020年2月26日

那覇工業高校全日制 保健室

厚生労働省、沖縄県、那覇市の各ホームページより抜粋作成

新型コロナウイルスの感染対策

- ①流水と石鹸で手洗いをこまめに行ってください。特に外出した後や咳をした後、口や鼻、目等に触る前には手を洗うことが最も有効です。
- ②手を洗えないときはアルコール等で除菌してください。
- ③人が集まる場所はなるべく避けてください。
- ④咳やくしゃみ等の症状がある場合はマスクを着用して下さい。マスクがない場合は口や鼻をティッシュで覆う等の咳エチケットを心がけてください。
- ⑤定期的に換気を行ってください。
- ⑥発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。
- ⑦登校前の健康観察を徹底してください。発熱など風邪症状がみられる場合は無理せず自宅で休養してください。

受診のめやす

次の症状がある場合は、病院へ行く前に保健所または沖縄県コールセンターへ相談する

- ①風邪の症状や 37.5℃以上の発熱が4日以上続いている（解熱剤を飲み続けなければならぬときを含む）
- ②強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある
（妊婦、高齢者や基礎疾患等のある方は上の状態が2日程度続く場合）

- 沖縄県新型コロナウイルス感染症 相談窓口（コールセンター）
098-866-2129（24時間 土日・祝日も対応）
- 近くの保健所

中部保健所	098-938-9701
南部保健所	098-889-6591
那覇市保健所	098-853-7962・098-853-7971

- 厚生労働省の電話相談窓口 電話番号 0120-565653（フリーダイヤル）
受付時間 9時00分～21時00分（土日・祝日も実施）