

# ほけんだより



勝田二中 NO.8  
R4.12.9発行

2022年も残すところあとわずかとなりました。朝晩はだいぶ冷え込むようになり、空気もかなり乾燥しています。

新型コロナウイルスの今後の感染拡大について、今年の冬は季節性インフルエンザとの同時流行が懸念され、医療の提供体制がひっ迫する可能性があると言われています。今後も毎日の健康観察を行い、何らかの症状がある場合や体調が優れない場合には、学校を休み、外出を控えることが感染拡大の防止につながる大切な行動です。また、マスクの着用、手洗い等の手指の衛生、効果的な換気等の基本的な感染対策を徹底する必要があります。引き続き予防対策を心掛けてください。

〈今月の保健目標〉

いろいろな感染症に  
気をつけて生活しよう



## 新型コロナウイルスと季節性インフルエンザの同時流行に備えた対応

—厚生労働省HPより—

今年の冬は、  
○新型コロナウイルス感染症：今年の夏を上回る感染拡大が生じる可能性  
○季節性インフルエンザ：流行する可能性

より多くの発熱患者が同時に生じる可能性



発熱外来（診療・検査医療機関）等にかかりづらくなる  
場合に備え、事前の準備が重要です。

同時流行に備えた対応として、感染が拡大する前の新型コロナワクチン、インフルエンザワクチンの接種を検討すること、また発熱などの体調不良時に備えて、新型コロナ抗原検査キット、鎮痛解熱薬を事前の準備すること等が重要と言われています。



新型コロナウイルス感染症

## 体調に異変を感じたら ～自宅で検査、すばやく療養へ～

「新型コロナに感染したかも・・・？」と思ったら？



- ①あわてずに、症状や常備薬をセルフチェック
- ②国が承認したキットを用いてセルフチェック



—厚生労働省HP・  
茨城県HPより—

### 【陽性だった場合】

陽性で症状が軽い場合は、右記「陽性者相談センター」に連絡し、すみやかに自宅等で療養を開始することができます。



※受診が必要な場合や、自宅で療養中に体調が悪化した場合は、医療機関の紹介を受け、発熱外来を受診します。

### 【陰性だった場合】

必要な場面でのマスク着用やこまめな手洗い等の基本的な感染予防対策を継続してください。



陽性者相談センター 茨城県

日中 8:30～17:15 : 029-301-4269

夜間 17:15～8:30 : 029-301-5380

(夜間は体調悪化時のみ)