

## 自分のため、みんなのため、そして大切な人のために！

新型コロナウイルスの変異株が急速に拡大しています。今までと違い20代以下の若者にも感染が拡大していることもあり、滋賀県も緊急事態宣言の対象地域となりました。変異株でも、大人も子どもも全員が正しい感染防止行動をとることが大切です。

○新型コロナウイルスは、特に飛沫感染（ひまつかんせん：くしゃみや咳だけでなく大声によってもウイルスは空中に飛び散ります）または接触感染（無意識でもウイルスに触れることがある）によって感染するので、手洗い、うがいやマスクの着用はとて大切です。

⇒学校内、電車やバス内だけでなく常にマスク着用を！

○予防には、運動、食事、適度な休養と十分な睡眠が大切です。

○ウイルスから身を守るためには、自宅・学校以外の場所でも換気などで環境を衛生的に保ち、こまめに手洗いやうがいをするのが有効です。

○他の人と共有した用具などは、消毒や洗浄をすることが大切です。

○ウイルスに感染しても症状が出ない場合があり、知らないうちにまわりの人に感染を拡げてしまうことがあります。このことが一番心配です。

○糖尿病や心不全などの基礎疾患がある人は、重症化のリスクが高いため、特に注意が必要です。

○「不要不急の外出を避ける」、「3密を避ける」等の基本的な感染症の予防策の徹底が必要です。

◎私たち一人ひとりが、予防のためにできることをしっかり実行することが大切です。今一度、自分の生活や体調を振り返って適切に行動しましょう。

◎可能な人はワクチンを接種することも大切です。保護者とも十分に相談し、接種する場合は学校に連絡してください。可能な限り、皆さんにとって不利にならないよう配慮します。