

## 「第4波」非常事態宣言期間における大型連休の過ごし方について

岐阜県立恵那高等学校

全国的に新型コロナウイルス感染拡大が急速な広がりを見せています。第4波では感染力が強いとされる変異株の陽性者が継続して確認されており、県内では独自の「非常事態宣言」を出し、感染防止対策を行っているところです。これから大型連休を迎えるにあたり、新型コロナウイルス感染症対策として、下記の注意事項を遵守した行動をとるよう心がけてください。

### 1 大型連休に向けた対応について

- ① 飲食は大人数を避けて、短時間で大声を出さず、会話時はマスク着用を徹底するとともに、「親戚同士の大勢の会食」「家族以外の大人数（5人以上）での飲食」の自粛を含め、家族や親戚等でも十分注意すること。
- ② 特に、不特定多数の人が密集する場への参加、カラオケの利用など、感染リスクが高い行動は自粛すること。
- ③ 外出は必要性和安全性を慎重に検討し、感染防止対策を十分実施している行先に、かつ、空いた時間と場所を選ぶこと。
- ④ 「県をまたぐ不要不急の移動」は控えること。特に、「緊急事態措置地域やまん延防止等重点措置区域（関西、関東、愛知県など）への不要不急の移動」は自粛・延期すること。

### 2 基本的な感染症対策の徹底継続

- ① マスクの着用、健康チェックカードによる毎日の健康状態の確認、手洗い（手指消毒）を徹底すること。
- ② 生徒本人又は同居家族に健康チェックカードの該当症状が一つでもある場合には、外出することなく必ず自宅で休養すること。
- ③ 休日、部活動に参加する場合は健康チェックカードを部顧問に提出すること。
- ④ 特に心配な症状（高熱、強いだるさや息苦しさ、味やにおいを感じない、かぜ症状や微熱が継続）がある場合は、すぐに学校へ連絡するとともに、医療機関を受診すること。
- ⑤ 生徒本人又は家族がPCR検査や抗原検査を受検することになった場合は、すぐに学校へ連絡すること。

### 3 連絡先 恵那高校公用携帯番号 090-7046-8648

現在、若者に感染が広がっております。若者は、死亡率は低いものの、「倦怠感や脱力」、「睡眠障害」、「味覚障害」、「脱毛」といった後遺症に苦しむ例が国内外で多数報告されております。こうした後遺症は、「入院時の症状の重さにかかわらず発症する」、「最初の発症から半年以上たっても継続している」といった例が多く報告されています。

「自分は若いから大丈夫」という考えではなく、自分の大事な家族を守り、何より自らが健康で楽しい人生を送るためにも、新型コロナウイルスに感染しないよう、感染リスクを認識した「新たな日常に応じた行動様式」が求められます。