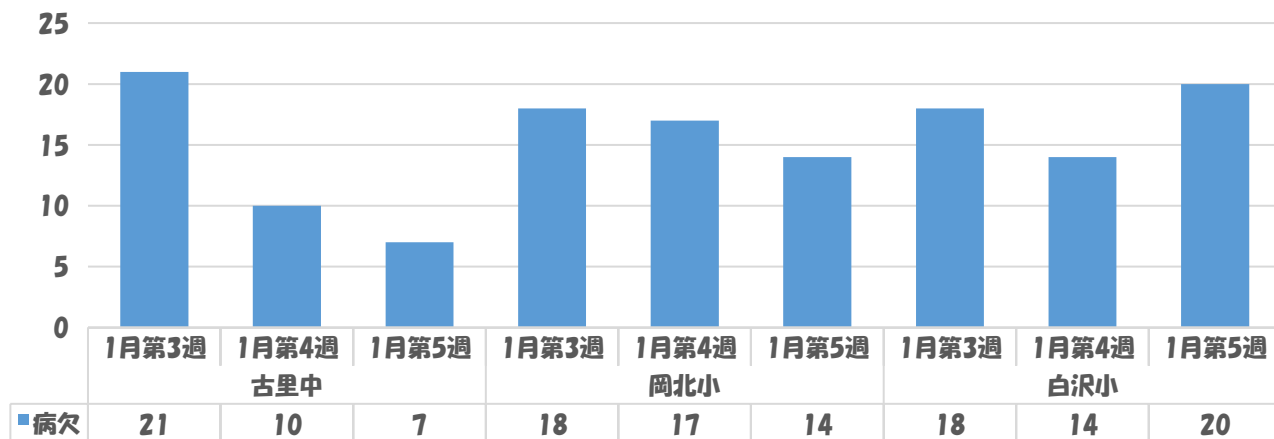


古里地域学校園養護教諭分科会では、3校で情報を共有し、協力して学校保健活動を行っています。今回は、冬休み明けからの欠席状況をお知らせします。冬休みが終わっても寒さが続いており、体調を崩している児童生徒がみられます。

欠席者情報（1月3週～5週）



地域学校園で感染症予防についての動画を見ました！！

感染経路・手洗いについて

○感染経路について

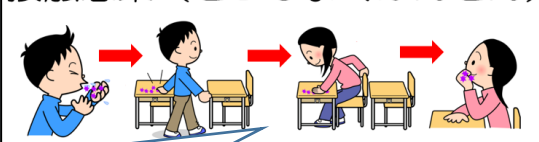
ウイルスが体の中へと侵入する方法には『飛沫感染』『接触感染』『空気感染』の3つがあります。

飛沫感染（ひまつかんせん）



感染者の咳や会話などで飛散したウイルスを吸い込み感染すること。

接触感染（せっしょくかんせん）



ウイルスのついた手で触れたところを、他の人が触り、ウイルスの移った手で目・口・鼻などを触ることによって感染すること。

空気感染（くうきかんせん）



空気中に浮遊しているウイルスを吸い込むことによって感染すること。

感染症に罹らないためには、この3つの感染経路に対する予防行動が大切です。

○手洗いについて

毎日様々なものに触れる私たちの手には、バイ菌やウイルスがたくさん付着しており、感染予防としては石けんでのこまめな手洗いが有効となります。中でも指の間や親指、手首など、洗い残しになりやすい部分は特に意識して洗うことが大切です。そこで洗い残しがゼロとなるように、正しい手洗いのポイントとなる6つのポーズについて確認しました。今の季節、水が冷たいと感じ、つつい簡単になすまてしまいがちですが、自分自身やまわりの人を感染症から守るため、正しい方法で手洗いしてほしいと思います。

《正しい手洗い6つのポーズ》



マスクについて

○せきエチケットについて

飛沫感染を予防するためには、せきエチケットが大切です。ウイルスのついた飛沫を飛ばさないために3つのせきエチケットを守りましょう。

- ・マスクを着用し、口と鼻をしっかりとおおうこと。
- ・マスクがないときは、ティッシュやハンカチで口と鼻をおおうこと。
- ・マスクがなく、とっさのくしゃみや咳の時は袖で口と鼻をおおうこと。



○マスクの使い方

現在多くの人がマスクを使っていますね。みなさんは正しくマスクを使えていますか？正しくマスクを使うことで感染症を防ぐことができます。意識してマスクを使ってみましょう。

- ・顔とマスクのすき間がなくなるようにぴったりとつける。
- ・マスクを使っているときは、マスクにさわらない。
- ・使用したマスクを触ったときは、手を洗う。
- ・マスクが湿ってきたら、新しいマスクに変える。
- ・使い捨てマスクは1回使うごとに捨てる。
- ・取るときは、ゴムの部分を持って外し、ビニール袋に入れるか、フタつきのゴミ箱に捨てる。
- ・布マスクは毎日洗う。

正しいマスクの着用



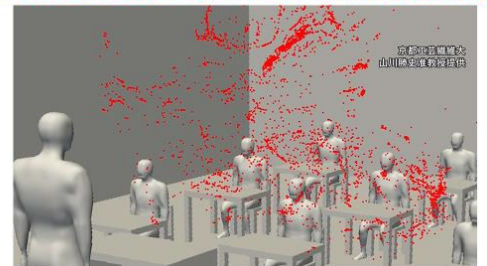
換気について

ウイルスは、密な場所、換気の悪い場所が大好きです。

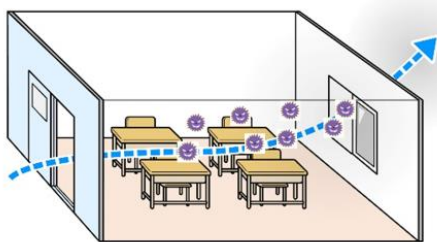


せっかく手洗いやマスクをつけて予防していても、教室の窓を閉めきってみんなで集まって生活していたら意味がありません。

しめきった教室でせきをして20分後の様子



まどをあけよう



0cmくらい窓を開け、休み時間には窓を全開にしてしっかり空気をいれかえましょう。

閉めきった部屋で飛ばされたマイクロ飛沫は、20分後も空気中をただよっています。これを防ぐにはどうしたらいいのでしょうか。窓を開けて換気をしましょう。廊下側のドアや窓と外側の窓を開けると空気がスムーズに流れます。対角線上の窓を開けてウイルスを外に追い出しましょう。

この時期はとても寒いのですが、授業中も2

授業中もまどをあけよう



差別や偏見について

3つの感染症はつながっている



新型コロナウイルスには「病気」「不安」「差別」という3つの顔があります。「病気」をおそれて「不安」になることで、「差別」が生まれます。さらに次は「差別」をおそれ、熱があることや具合が悪いことを言い出しにくくなります。すると、さらなる感染拡大につながってしまいます。この感染症は誰もがかかる可能性のある病気です。言い出しにくい空気にしないようにしましょう。