

ほけんだより

令和3年1月20日
星が丘中 保健室

栃木県緊急事態宣言発令中
1月14日～2月7日まで

特集：新型コロナウイルス感染症について

星が丘中の感染症対策

～一人一人の意識が明日を変える～

一人ひとりが高い危機意識を持って行動しよう！！

新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続き、毎日、深刻な現状が報道されています。新型コロナウイルス感染症への対策が本格的に始まった3月よりもうすぐ10か月が経ちます。『新しい生活様式』が身についた半面、感染症に対する油断「自分だけは大丈夫だろう」「このくらいはいいだろう」このような考えを持っている人はいないでしょうか。「自分も感染してしまうかもしれないからしっかり予防しよう。」という考えに意識を変えて感染症対策を今まで以上にしっかりと行っていきましょう。（もう一度、感染症対策の基本を見直しましょう。）

生徒・教職員ともに毎日家庭で検温し、健康状態を確認してから学校へ来ています。

① 家庭での健康観察の実施

・登校前に、毎朝検温し、健康状態を『朝の健康チェック表』に忘れずに記入しましょう。

※ 発熱や風邪症状がある場合は、無理をして登校せず自宅で休養しましょう。【出席停止】
学校への連絡は7:30～8:00までをお願いします。Tel 622-6542



※生徒やご家族が新型コロナウイルス感染症の検査を受ける場合の対応については、1月15日（金）発行の学校だよりの裏面・星が丘中学校のホームページをご覧ください。

発熱等がある場合の受診方法

まずは、最寄りの医療機関(かかりつけ医等)に電話で受診の相談をしましょう。
相談できる医療機関がない場合は、「受診・相談センター」に電話をしましょう。
受診・相談センター 電話番号:0570-052-092 受付時間:24時間受付(土日・祝日を含む)

② こまめな手洗い

界面活性剤でウイルスの膜を破壊

・石けんに含まれる界面活性剤は、新型コロナウイルスの感染力をなくす働きがあります。

⇒30秒程度かけて、水と石けんで丁寧に洗いましょう。

石けんを泡立てるとより効果的

手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。

手洗いの時間による効果

手洗いの方法	残存ウイルス数
手洗いなし	約100万個
流水で15秒手洗い	約1万個
ハンドソープで10秒または30秒もみ洗い 後 流水で15秒すすぎ 1回	数百個
ハンドソープで10秒もみ洗い後 流水で15秒すすぎを2回繰り返す	数個



手洗いのタイミング

- ・朝登校して、教室に入る前
- ・給食の前後
- ・掃除の後
- ・トイレの後
- ・外から教室に入る時
- ・共用の物を使用する前後 など

洗い残しの多いところ



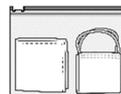
※爪の間は汚れが残
りやすいところです。
爪は短く切って清潔
にしておきましょう。

※清潔なハンカチ・タオルを忘れずに持参しましょう（ハンカチ・タオルの共用はしない。）

③ マスクの着用・咳エチケット

- ・学校生活では、原則マスクを着用しましょう。（登下校時も）
（体育・部活動等は除く）

※予備のマスクを清潔な袋等にに入れて数枚持参しましょう。



④ 換気の実施

★換気のポイント★

○対角線上の窓を2か所開ける

- ・空気の通り道ができるように、授業中は、対角線上の窓を常時開けて（20cm程度）換気をしましょう。また、休み時間は、対角線上の窓を全開にしましょう。（5分程度）

○サーキュレーターを上に向ける

- ・暖かい空気は上に溜まりやすいので、サーキュレーターで空気を混ぜると、暖房効率を上げることができます。（※本校もサーキュレーターを使用しています。）



空気の通り道



⑤ 消毒の実施

【アルコール手指消毒】

- ・石けんでの手洗い後、給食前にアルコールによる手指消毒を行いましょう。

学校薬剤師の保坂先生からアルコール消毒のポイントを教えてくださいました。

- ⇒やはり、感染対策で大切なのは石けんによる手洗いだそうです。
- ポイント1 十分な量（1プッシュ）の手指消毒薬を手取る。
- ポイント2 指先・爪の周囲を消毒薬に浸すように消毒する。
- ポイント3 消毒薬が乾くまでしっかりすりこむ。



手が水で濡れていると、
アルコール濃度が下がるので
ハンカチで拭いてから消毒を！

正しい知識を持ち、差別・偏見のない星が丘中を目指して

新型コロナウイルス感染症に関して、様々な立場の人たちが偏見や差別に苦しんでいます。感染した方・検査を受けた方・医療従事者や社会機能の維持にあたる方とその家族に対する偏見や差別につながるような発言・行動は決してあってはならないものです。うわさや嘘をSNSで発信（〇〇らしいよと情報を言いふらす）したり、それをうのみにして拡散したりすることは、不安をさらに広げる行為です。絶対にやめましょう。星が丘中の生徒のみなさんは、決して差別的な言動に同調せず、正確な情報に基づいた冷静な行動をとってください。

保護者の皆様

新型コロナウイルス感染症を理由に人を差別する、職業や属性だけでレッテルを貼り排除することは絶対に許されることではありません。感染者が出た時には、誹謗中傷や犯人捜しのようなことをするのではなく、お互いへの思いやりの気持ち、優しい声掛けによる支え合いを大切に行動することを、私たち大人が率先して示していきましょう。

