

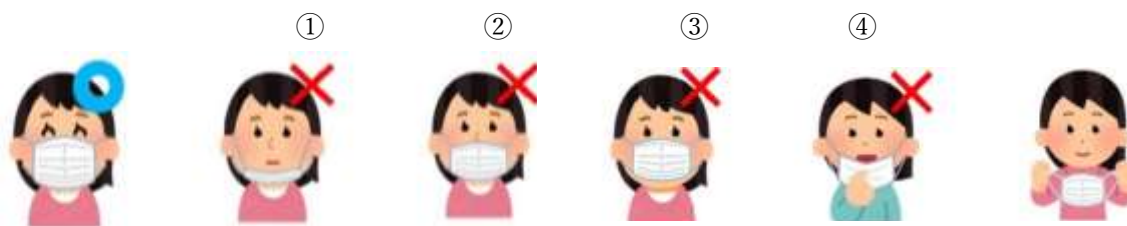
# 保健室だより

号外 R3. 9

## 新型コロナウイルス感染症予防

緊急事態宣言が発令され、よりいっそう感染予防が求められます。休校後も次のことに注意して予防してください。

### 1 マスクの着用 マスクは正しくつけてこそ効果があります。



#### 正しい着用

プリーツを上下に開き、マスクを広げる。顔にあて、ノーズフィッターが鼻筋にフィットしたら、顔にフィットさせながらゴムを耳にかける。すきまをあげないこと。

#### 間違った着用

- ① 顎にかける。
- ② 鼻が出ている。
- ③ サイズがあっていない
- ④ マスクの外側を頻繁に手で触る。

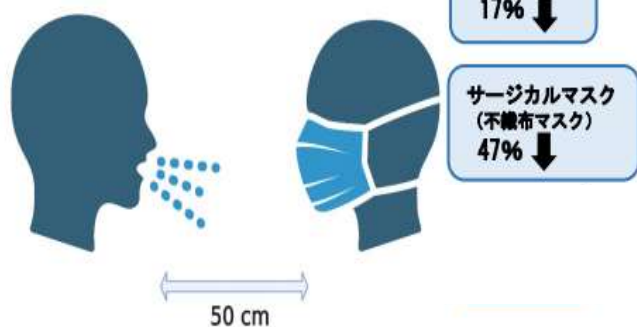
#### マスクのはずし方

表面にウイルスなどの飛散物が付着している可能性があります。ゴムの部分を持ってはずします。

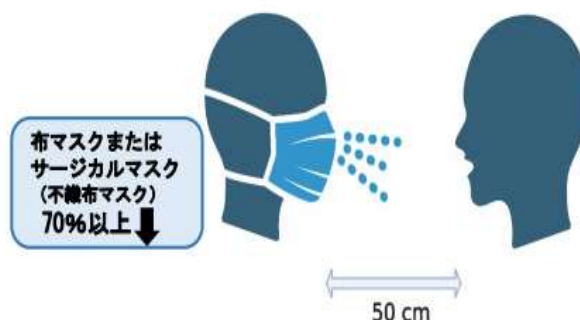
## ○マスクの効果

東京大学医科学研究所のデータを基に内閣官房作成

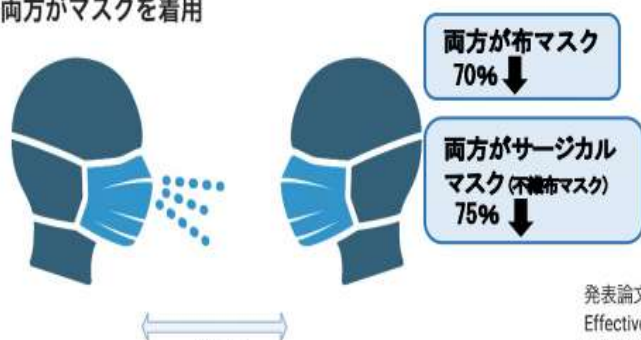
### ① 聞き手だけがマスク着用



### ② 話し手だけがマスク着用



### ③ 両方がマスクを着用



みんながマスクを  
することが大切

発表論文

Effectiveness of Face Masks in Preventing Airborne Transmission of SARS-CoV-2

Mitsuhiko Imai, Yusuke Kobayashi, Kiyoshi Tamura, Shinya Mizumoto, Masahiko Imai, Hiroaki Kubo, Mafumi Mizumoto, Yukihiro Kishimoto

**マスクの素材による予防効果** マスクの予防効果は不織布が高く、次いで布マスク、ウレタンマスクという研究結果があります。できるだけ不織布マスクを使用してください。



**2 手洗いの励行** ウィルスのついた手で鼻や口に触れると感染のおそれがあります。



- ① 泡立て、手のひらをこする
  - ② 手の甲
  - ③ 指先・爪の間
  - ④ 指の間
  - ⑤ 親指をねじって洗う。
  - ⑥ 手首もしっかり洗う
- 昇降口にセンサー式のアルコール消毒液を設置しました。指先だけ消毒している人が多いようです。両手のひらで液を受けて手全体を消毒しましょう。



**3 健康管理** 登校前に **Classi** で毎朝下記について入力してください。

- ① 健康状態を確認してください。怠い・かぜ症状などがある場合には登校しないでください。
- ② 体温測定してください。発熱しているときは登校しないでください。

同居の家族が発熱等の場合にも登校しないでください。

同居の家族がPCR検査を受けることになったら必ず学校に知らせ、登校しないでください。

規則正しい生活を心がけましょう。

**4 換気** エアコン使用中でも常時対角の窓・入り口を開けて換気してください。

**5 黙食** 食べながら会話をしないこと。対面で食べないこと。マスク無しの会食は感染のおそれが高くなります。

**6 ワクチン** 接種したから絶対感染しないというわけではありません。感染しにくくなる。感染したとしても軽くすむと考えて、不要不急の外出は避けてください。いつ、だれが感染してもおかしくない状況です。たまたま感染していないだけかもしれません。一人一人が予防に努めましょう。